sale&pepe

SALEPEPE.IT
AGOSTO 2016
MONDADORI



Paella mista con pesce e costine
pag. 18

PAELLA dalla Spagna il simbolo della convivialità a tavola
PESCE CRUDO una tendenza che ha tutto il sapore del mare
COSTINE irrinunciabili per il barbecue dell'estate **FROZEN YOGURT** quel tocco acidulo che rende il gelato gourmand

Poste italiane spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art.1, comma 1, DCB Verona - Anno 30 - Mensile

SOMMARIO
AGOSTO 2016





Servizi

Indice delle ricette e indirizzi a pagina 6

Evasioni





salepepe.it
Ricette, videoricette, news e contributi speciali sul nostro nuovo sito

Sale&Pepe è social!
Siamo su facebook.
Seguiteci anche su twitter e instagram: @salepepe_it per scambiare idee, ricette e foto con la redazione e i lettori più appassionati.

La nuova app di Sale&Pepe
Scaricate l'applicazione dall'Apple Store per sfogliare la rivista direttamente sull'iPad.

Scuola

Rubriche


100


96

Hanno collaborato con noi ad Agosto

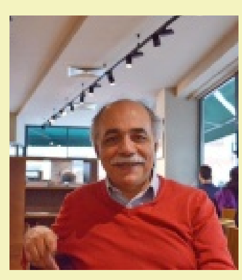


MATTEO ALOE
Nato a Catanzaro e laureato in Economia e Marketing a Bologna, ha dato vita a un innovativo progetto di pizzeria che, nel giro di pochi anni, gli ha permesso di aprire e gestire ben quattro locali. A pag. 45

SIMONE FRACASSI
Erede di una famiglia che lavora la carne da 90 anni, ha dedicato i suoi sforzi a razze come il Vitellone bianco dell'Appennino e il maiale grigio del Casentino. Con noi parla di costine d'alta qualità. A pag. 30



ROBERTO GARUFI
Esperto di cucina palermitana, fa parte della delegazione Slow Food del capoluogo siciliano. In questo numero ci spiega alcuni dettagli della tecnica dei panellari per preparare le loro specialità di cibo di strada e il modo corretto per degustarle. A pag. 80



Per creare un capolavoro.



gelatiera
DELLA CASA art. 643180

20 anni di passione in cucina.

tescoma

SHOP t

www.tescoma.it

Numero Verde 800777546

Il gelato fatto in casa? Buonissimo e genuino, senza conservanti, coloranti o dolcificanti. Ora lo puoi preparare con gli ingredienti che preferisci: ti aiuta la gelatiera con recipiente refrigerante in alluminio, perfetta anche per preparare sorbetti e cocktail alla frutta. Nella confezione trovi anche un goloso ricettario!

INDICE

LE RICETTE DI AGOSTO 2016

ANTIPASTI, FOCACCE, TORTE SALATE

PIATTI UNICI

PRIMI

SECONDI

CONTORNI, VERDURE E SALSE

DESSERT E BEVANDE

INDIRIZZI

- **100 Fa Vintage**, www.100fa.it
- **Alessi**, www.alessi.com
- **Antichità San Marco**, www.antichitasanmarco.com
- **Arzberg**, distribuito da Sambonet Paderno Industrie, www.arzberg-porzellan.com - corporate.sambonet.it
- **Asa Selection distr. da Merito**, www.asa-selection.com - www.merito.it
- **Atelier Bellinzona**, www.atelierbellinzona.com
- **Bitossi Home**, www.bitossihome.it
- **Bloomongville**, da Ila Malù, www.ilamalu.com
- **Bormioli Rocco**, www.bormiolirocco.com
- **Brandani**, www.brandani.it
- **Broggi**, www.broggi.it
- **Broste Copenhagen**, distribuito da MVH, www.mvh.it
- **C&C Milano**, www.cec-milano.com
- **Caterina Von Weiss**, www.caterinavonweiss.tumblr.com
- **Ceramiche Fasano**, www.fasanocnf.it
- **Chantal Delorme**, www.chantaldelorme.it
- **Cutipol**, www.cutipol.pt
- **Dedar**, www.dedar.com
- **E.F.A.**, www.efaguerriero.it
- **Emile Henry**, www.emilehenry.com
- **Essent'ial**, www.essent-ial.com
- **Fiorirà un giardino**, www.fioriraungiardino.com
- **Fantini Marmi**, www.fantinimosaici.it
- **Forme di Farina,** www.formedifarina.eu
- **Funky Table**,www.funkytable.it
- **Giovelab**,www.giovelab.it
- **Il Borgo delle Tovaglie**, www.borgodelletovaglie.com
- **Ichendorf**, distr. da Corrarodo Corradi, www.corrado-corradi.it/ichendorf
- **Ikea,** www.ikea.com/it
- **Iittala,** distribuita da Fiskars, www.iittala.com
- **Ila Malù,** www.ilamalu.com
- **Inulivo,** www.inulivo.com/it
- **J&V Store Jannelli&Volpi**, www.jannellievolpi.it
- **Jars Céramistes**, www.jarsceramistes.com
- **Kasanova**,www.kasanova.it
- **Katrin Arens**,www.katrinarens-shop.com
- **KJ Collection**, distribuito da MVH, www.mvh.it
- **KnIndustrie**, www.knindustrie.it
- **La Fabbrica del Lino**, www.lafabbricadellino.it
- **La Fabbrica del Verde,** www.lafabbricadelverde.it
- **Le Stanze della Memoria**, www.lestanzedellamemoria.it
- **Laboratorio Paravicini**, www.paravicini.it
- **Laura Piacquadio**, www.laurapiacquadio.com
- **Libeco**, www.libeco.com
- **Linea Sette**, www.lineasette.eu
- **Linum**,www.linum.se
- **Madame Gioia Home**, www.madamegioiahome.it
- **Made a Mano**, www.madeamano.it
- **Maisons du Monde**, www.maisonsdumonde.com
- **Marazzi**,www.marazzi.it
- **Mepra**, www.mepra.it
- **Note Marine**, Tel 06 9848584 http://notemarine. blogspot.it
- **Novacolor**, www.novacolor.it
- **Oikos**, www.oikos-group.it
- **Once Milano**, www.oncemilano.com
- **Pagnossin**,www.pagnossin.it
- **Pentole Agnelli**,www.pentoleagnelli.it
- **Present Time**, www.presenttime.com
- **Puebco**, distribuito da Novità Import, www.novitahome.com - www.puebco.jp
- **Rezina**, www.rezina.it
- **Riedel**, www.riedel.com
- **Rina Menardi**,www.rinamenardi.com
- **Rosenthal**, www.rosenthal.de/it/
- **Sagaform**, www.sagaform.com
- **Sambonet**, www.sambonet.it
- **Sen Factory**,www.sen-factory.it
- **Serax**, www.serax.com
- **Serralunga**,www.serralunga.it
- **Shop Saman**,www.shop-saman.org
- **Society Limonta**, www.societylimonta.com
- **Stamperia Bertozzi**, www.stamperiabertozzi.it
- **Staub**, www.staub-italia.it
- **Tiger**, www.tiger-stores.it
- **Villeroy & Boch**, www.villeroy-boch.it
- **Virginia Casa**, www.virginiacasa.it
- **Virginia Home**, www.ceramichevirginia.it
- **Zara Home**, www.zarahome.com

CONSIGLI PRATICI

Il nostro canale News si è arricchito di una nuova sezione con tanti consigli pratici, dove diamo suggerimenti per cogliere le occasioni al supermercato, spendere meno, acquistare ingredienti di qualità, facendo attenzione all'etichetta e imparando a distinguere prodotti di buon livello e fregature. Ma non finisce qui: spazio anche come pulire e conservare frutta, verdura, carne e pesce in modo che durino di più. E poi parliamo di utensili ed elettrodomestici da cucina, andando a scovare gli usi alternativi più impensati, per sfruttarte al meglio gli attrezzi che popolano le nostre cucine.



LA NEWS PIÙ LETTA

Il gioco di non buttare via i semi della frutta, ma farli germogliare e trasformarli in piantine vere e proprie è piaciuto moltissimo a chi ci segue online. Nel nostro articolo diamo tanti spunti per allestire un piccolo frutteto domestico con i semi avanzati. Trovate il pezzo nel nostro canale News, insieme a tanti approfondimenti che spaziano dal benessere alle nuove tendenze del food.



L'estate in un click

RICETTE FRESCHISSIME, SUGGERIMENTI UTILI, TENDENZE, APPROFONDIMENTI E NUOVE SEZIONI TUTTE DA SCOPRIRE

di Barbara Roncarolo



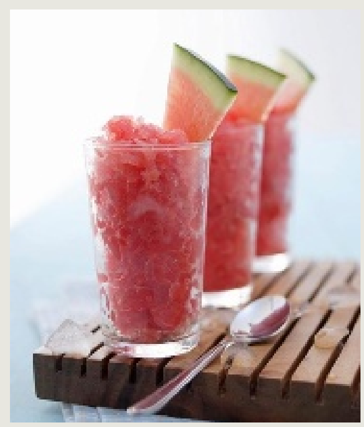
MADE IN ITALY

Il pomodoro di Pachino è un'eccellenza tutta italiana: nasce nell'estremo sud-est della Sicilia, nel territorio del comune più assolato d'Europa, le varietà sono tutte squisite e perfette per usi differenti in cucina. Ne parliamo in un articolo online, all'interno del canale Made In Italy. Questa sezione è interamente dedicata ad approfondimenti sui prodotti esclusivi che distinguono il nostro Paese in tutto il mondo.

TOP TEN PIATTI FREDDI

Quando la temperatura estiva si fa quasi insopportabile, quel che occorre, se non si vuole rinunciare alle gioie di piacevoli tavolate con gli amici, sono tante ricette da gustare fredde. Nel nostro speciale abbiamo raccolto proprio le migliori preparazioni di piatti unici, primi, secondi e antipasti freschi e leggeri. L'idea è di servire pietanze sfiziose e colorate, come piatti freddi di carne o pesce, insalate di pasta, contorni e verdura di stagione. Magari dando un tocco in più con salsine speziate.





LA RICETTA DEL MESE

Dissetante, rinfrescante e golossima. La granita in estate è sempre di tendenza. Sul nostro sito quella di anguria è tra le più cliccate della stagione, perché è fresca, sana e prepararla è semplice. Online indichiamo anche tutti i trucchi e gli accorgimenti per una riuscita perfetta.



CUOCHI NON SI NASCE, SI DIVENTA!

La Numero 15 Lagostina regala un ricettario per imparare ad esercitare l'arte della cucina.



Pentole in acciaio inox 18/10, padella e wok con antiaderente Meteorite® rivestimento Mineral, la piastra in alluminio pressofuso antiaderente effetto pietra, il set dei coperchi in vetro e acciaio, pinza, paletta e cucchiaione in nylon, e presine di silicone

Devi preparare un pasto completo, ma non hai grande esperienza ai fornelli? Con la batteria la Numero 15 di Lagostina da oggi è facilissimo: un set completo con i 15 strumenti indispensabili per cominciare ad esercitare l'arte della buona cucina. E per avere qualche gustosa idea in più, con La numero 15 è compreso anche il ricettario di Sale & Pepe "La cucina di casa", 30 sfiziose ricette adatte ad ogni occasione: dai primi di pasta, ai secondi di carne e pesce, dai piatti vegetariani, ai dolci per le cene con gli amici. Tutte le preparazioni sono state pensate proprio per gli strumenti della Batteria La numero 15 di Lagostina: un combinazione perfetta per portare sempre a tavola il piacere italiano della buona cucina di casa.

Lagostina

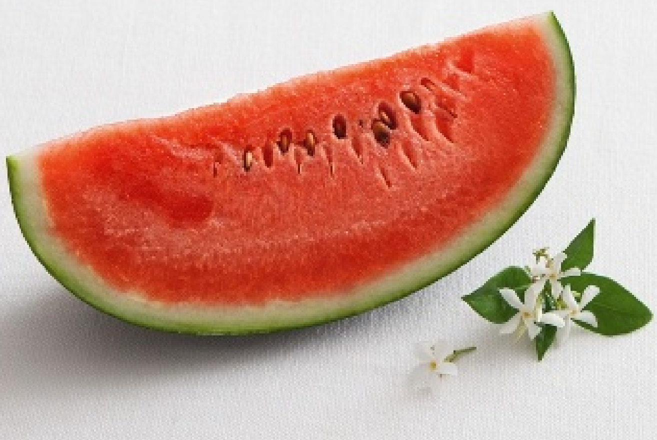
Il piacere italiano di fare buona cucina.



Non è estate senza anguria

FRESCA, DOLCE, DISSETANTE: EVOCA SUBITO LE VACANZE E TRIONFA SULLE TAVOLE ALL'APERTO. CON COCCO, MELANZANE E SORBETTI

ritratto di Michele Tabozzi, foto delle ricette di Francesca Moscheni e Laura Spinelli, in cucina Antonella Pavanello



Laura Maragliano

Agosto. Palmino Slongo (e vi assicuro che il nome è vero), cinquantenne artista di strada perso in un mondo irreale, balla senza sosta la sua musica tecno davanti alla Darsena di Milano, incurante del sole e del caldo. Intorno c'è il vuoto di una città in ferie. Mentre, divertita, lo osservo, assaporo per la prima volta una fetta di anguria gialla. Una nuova varietà, la coltivano in Sicilia e nell'Agro Pontino, è succosa, forse meno dolce ma più dissetante di quella rossa. Il suo giallo vivo colpisce, ma i semini neri al loro posto non mentono, è proprio un'anguria. Chi sarà stato il suo spiccatore? Già perché nelle campagne, una volta era lo "stacchino" nell'Agro Pontino o lo "spicador" nella zona di Reggio Emilia colui che, per professione, a prima vista e con brevi tocchi a mano aperta riconosceva il frutto maturo e buono. Intorno a Novellara nel Reggino si parla ancora della bravura di Francesco Brioni soprannominato "Falco". L'esperto spiccatore controllava lo stato vegetativo della pianta, il cambiamento di colore della scorza, l'appassimento del cirro, il suono cupo del frutto percosso. Analizzati questi segnali per i primi stacchi, procedeva legando la roncola a un bastoncino e recidendo il peduncolo in un rito arcaico. Mestieri di una volta, testimoni di un mondo contadino che non c'è più. Un mondo dove l'anguria, passata dai fasti dei banchetti rinascimentali ai quali prestava forma e colore per sperimentazioni scenografiche o culinarie, era diventata cibo che leniva la fame e apportava refrigerio. Costava poco produrla e poco era il suo valore di vendita. L'Italia contadina del Novecento si regalava qualche momento di riposo nei capanni costruiti con legno e frasche per la vendita dei cocomeri e il gestore teneva i frutti in una tinozza di acqua e ghiaccio o sotto lo zampillo di una fontanella. I capanni sono diventati chioschi e si sono sparsi nelle città regalandoci l'idea di estate. Ancora oggi per me l'anguria è quella che acquisto dai cocomerai, m'ispira aria di vacanza, mi evoca tavolate sotto pergolati, mare, campeggi nelle pinete. Mi dimentico che sono a Milano, che sto guardando Palmino e pensando che per lui sarebbe stata più consona una milonga. E che la mia fetta di cocomero è davvero buona.

> segue a pag. 12

Di antica tradizione

C'è una ricetta semplice che profuma le estati siciliane praticamente da sempre: si chiama gelo di "melone", che nel dialetto siciliano in realtà indica il cocomero. Basta ricavare il succo dell'anguria schiacciandone la polpa, poi farlo bollire brevemente con zucchero, amido e aromi e infine metterlo in frigo. È veramente un attimo. Solo due le avvertenze da tenere presenti: serve un litro di succo, quindi va scelta un'anguria bella grande (opure due medie), e ci vogliono almeno 4 ore per il rassodamento il frigo.




1


2


3

GELO DI MELONE

PER 4 PERSONE
1 anguria grande o 2 di medie dimensioni - 80 g di amido di mais - 120 g di zucchero - 1 bustina di vaniglina - 1 pizzico di cannella in polvere - 1 cucchiaio colmo di zuccata (zucca candita) o frutta candita a dadini - 2 cucchiai di cioccolato fondente in scaglie - fiori di gelsomino per decorare

● **1** Aprite l'anguria, ricavate la polpa e passatela al setaccio in modo da ricavarne 1 litro di succo, eliminando i semi.
● **2** Versate il succo in una pentola e miscelatelo a freddo con l'amido di mais e lo zucchero. Mettete sul fuoco e portate a bollore a fiamma bassa mescolando: a questo punto potete, a piacere, togliere il gelo dal fuoco oppure proseguire la cottura per qualche minuto per ottenere una densità maggiore.
● **3** Aggiungete subito la vaniglina, la cannella e la zuccata. Lasciate intiepidire, versate in 4 stampini individuali, unite 1 cucchiaio di scagliette di cioccolato e metteteli in frigo per qualche ora (almeno 4), finché il gelo si sarà rappreso. Per sformare, immergete il fondo degli stampi per alcuni secondi in acqua calda. Decorate con i fiori di gelsomino e le scaglie di cioccolato rimaste.



Creme di melanzana

Gustose e versatili, le creme di melanzane sono un jolly per mille soluzioni e aggiungono al pranzo un tocco di originalità: potete servirle come antipasto con pane arabo, tortillas, pane carasau e pinzimonio, oppure usarle per condire pastasciutte o riso bianco o, ancora, accompagnarle a carne o pesce alla griglia. Ecco come procedere. Punzecchiate le melanzane con uno stecchino e cuocetele in forno caldo a 200° per 45 minuti. Prelevate la polpa, salatela poco e fatela sgocciolare in un colino per 2 ore. Poi stendetela su carta da cucina per asciugarla ulteriormente. Infine, frullatela con olio, sale, pepe e succo di limone. Da questa base, potrete partire per creare golose varianti. Aggiungete per esempio un trito di aglio e menta oppure di cipolla di Tropea, noci e peperoni al forno. Per una consistenza cremosa, mescolate la polpa con qualche cucchiaio di yogurt greco e un battuto di aglio e prezzemolo. Mentre per una preparazione alla maniera libanese, unite un po' di crema di sesamo e la tahina (al supermercato o nei negozi etnici).

Cocco fresco: istruzioni per l'uso

All'acquisto scuotete il cocco e verificate che contenga acqua (segno di freschezza). Per aprirlo cercate, su uno dei due poli, i tre piccoli opercoli naturali e foratene due con un cacciavite. Eliminate l'acqua e picchiettate il frutto tutt'intorno con un martello. Una volta aperto, prelevate la polpa scalzandola con un coltellino a punta e tenetela in acqua fredda fino al momento dell'uso (altrimenti si asciuga). Potete tagliarla a fettine e usarla per arricchire un'insalata di frutta esotica, oppure tritarla con il mixer e mescolarla con un trito di verdure crude e cipolla di Tropea, olio, sale, succo di lime e peperoncino: è un intingolo sfiziosissimo per condire gamberi e carni bianche. Con la polpa grattugiata, invece, potete preparare in un attimo deliziosi dessert: per esempio mescolatela con gelato fiordilatte e guarnite il tutto con cioccolato fuso, oppure aggiungetela a una panna cotta o a una mousse di cioccolato o, ancora, unitela all'impasto di una torta.



Idee per servire la burrata

Ottima servita in purezza con qualche pomodorino, la burrata, da gustare sempre a crudo, si presta anche per tante preparazioni sfiziose. È assolutamente da provare, per esempio, sfilacciata e adagiata sugli gnocchetti conditi con un semplice sugo di pomodoro e basilico: unica avvertenza, non mescolate, lasciate la burrata appoggiata sugli gnocchi e godetevi il piacevole contrasto di temperature. Oppure potete ridurla a tocchetti, condirla con poco olio ed erba cipollina e utilizzarla come ripieno per verdure grigliate (arrotolatele a involtino e fermatele con uno stecchino). Allo stesso modo si possono farcire anche i pesci affumicati a fettine, come il salmone, la trota o lo spada. Se vi piacciono le bruschette, preparatele in modo tradizionale (condite con olio, sale e aglio strofinato) e poi copritele con sfilacci di burrata, qualche dadino di pomodoro e filetti di acciuga.





Sorbetti con i vini da dessert

Fa troppo caldo per bere un bicchiere di Moscato con il dolce? Allora trasformate in dessert il vino stesso. Ecco una ricetta di sorbetto che potrete personalizzare, cambiando di volta in volta il tipo di vino (Moscato d'Asti, Brachetto, Malvasia amabile, Picolit, Cagnina, Sauternes, Lambrusco, vini passiti, Porto). Per 4 persone, mescolate in un piccolo tegame 175 ml di acqua minerale frizzante, 150 g di zucchero e qualche goccia di succo di limone e fateli sobbollire per 10 minuti. Lasciate raffreddare, unite 250 ml di vino dolce e conservate in frigo. Mettete un litro di acqua molto calda in ciotola e dentro a questa un'altra ciotola in cui monterete a neve 1 albume con 50 g di zucchero a velo. Unite lo sciroppo di vino, versate in vaschette per ghiaccioli e fate congelare. Al momento di servire frullate i ghiaccioli e - voilà -il sorbetto è fatto. Se vi piace, accompagnate con una macedonia di frutta.


DAL 1852
Il colore del sapore.
Biffi Milano 1852
PASSIONE
TUTTA ITALIANA
NELLA MAIONESE BIFFI.
Classica, Biologica o 100% Vegetale.
Prova il gusto inconfondibile
della Maionese Biffi.
Buona e Italiana
www.biffimilano1852.it
MAIONESE gusto classico
MAIONESE BIOLOGICA
MAIONESE senza uova
CON PROTEINE 100% VEGETALI

Paella

RICCA DI COLORI E DI SAPORI, È IL PIATTO SIMBOLO DELLA CUCINA SPAGNOLA. PERFETTA PER UN GIORNO DI FESTA TRA AMICI, HA MOLTE VARIANTI. E QUALCHE SEGRETO

a cura di Alessandro Gnocchi, testo di Mariarosa Schiaffino, ricette di Alessandra Avallone, foto di Adriano Brusaferri, styling di Alessandro Pasinelli Studio



Il nome è allegro, svelto, vivace, per quelle due elle dolci spagnole, che pronunciandole scappano via e quasi non si sentono più. Come è facile intuire, lo spagnolo paella deriva da padella, anzi dal latino patella. Il contenitore dà il nome al contenuto, il recipiente di cottura diventa protagonista, come avviene spesso nella storia della cucina: pensiamo, per esempio a cassoulet e marmite in francese o a cassöla in milanese.

Nel caso di quella spagnola, si tratta di una padella di ferro a due manici laterali ben rilevati, il cui diametro si allarga da 28 fino a 55 centimetri e oltre, secondo il numero di commensali, per arrivare a teglie da sagre gigantesche. Comunque non si fa la paella per una o due persone, naturalmente. Il piatto simbolo della tavola spagnola è esuberante, conviviale, spesso spettacolare, come quasi tutta la cucina iberica, che predilige l'accostamento e la sovrapposizione di colori, sapori, ingredienti, con una libertà sorprendente per le abitudini occidentali.

> segue a pag. 19



UNA CASCATA DI BOLLICINE

Per accompagnare la paella, specialmente quella preparata con il pesce, il vino può essere sostituito con la Sagardoa; si tratta di una bevanda ottenuta dalla fermentazione delle mele caratterizzata da un gusto più aspro rispetto al comune sidro. Secondo la tradizione, va versata nel bicchiere in modo da ossigenarla rapidamente, come mostra in questa foto Alessandro Mayer del ristorante "Llevataps" di Milano (www.llevataps.it).

PAELLA MISTA CON PESCE E COSTINE

PER 6 PERSONE
400 g di riso Carnaroli - 500 g di costine di maiale tagliate corte - 2 pomodori - 2 spicchi d'aglio - 1 calamaro grande - 6 gamberi interi - 6 code di gambero - 1 peperone rosso - 100 g di piselli sgusciati - 500 g di cozze spurgate - qualche ciuffo di rosmarino - 1/2 cucchiaio di pimenton - 1/2 bustina di zafferano - 1,5 l di brodo vegetale - sale

● **1** In una grande padella, rosolate le costine senza grassi; conditele con sale e 1/3 del pimenton, poi proseguite la cottura in forno a 180° per 45 minuti. Intanto, tagliate a rondelle il calamaro, sbucciate e tritate l'aglio, spellate i pomodori e tagliateli a pezzetti; pulite il peperone e tagliatelo a cubetti, mondate le cozze e sciacquatele in acqua salata.
● **2** Sfornate la carne, toglietela dalla padella e tenetela al caldo. Mettete nella stessa padella i cubetti di peperone, gli anelli di calamaro, i gamberi e le code di gambero; fateli colorire sul fuoco, poi togliete i gamberi e le code e teneteli in caldo. Mettete nella padella i pomodori e l'aglio, cuocete per 5 minuti, unite le costine, il riso, il pimenton rimasto, il rosmarino e salate.
● **3** Versate il brodo caldo con lo zafferano nella padella e cuocete per 10 minuti; unite i gamberi e le code, le cozze, i piselli e cuocete per 10 minuti. Fate riposare 5 minuti e servite.

MEDIA
● **Preparazione 30 minuti**
● **Cottura 1 ora e 15 minuti**
● **420 cal/porzione**





PAELLA CLASSICA CON POLLO E CONIGLIO

PER 6 PERSONE
400 g di riso Carnaroli - 400 g di pollo a pezzi - 350 g di coniglio a pezzi - 120 g di fagiolini - 200 g di fave sgranate - 150 g di piselli sgranati - 1 peperone rosso - 2 pomodori maturi - 2 dl di brodo di pollo - 1 dl di vino bianco secco - 1/2 bustina di zafferano - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** In una padella, scaldate 2 cucchiai d'olio e rosolatevi il pollo e il coniglio; quando sono dorati sfumate con il vino e cuoceteli a fuoco medio per 30 minuti circa. Intanto, in una pentola con abbondante acqua salata, scottate i fagiolini spuntati, le fave e i piselli.
● **2** Unite il peperone pulito e tagliato a dadi, quindi i pomodori pelati e tagliati a pezzetti. Lasciate amalgamare i sapori per 10 minuti, poi bagnate con poca acqua in cui avrete sciolto lo zafferano e il brodo di pollo caldo. Quando riprende il bollore, unite il riso e i fagiolini.
● **3** Fate cuocere per 10 minuti, unite le fave e i piselli e proseguite la cottura per 10 minuti. Lasciate riposare la paella per circa 5 minuti e servite.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti**
● **Cottura 1 ora** ● **440 cal/porzione**

Piastrella Marazzi, posata Broggi. Nell'altra pagina, fondo Rezina, pentola Agnelli, bicchiere Zara Home. Indirizzi a pagina 6



> segue da pag. 17

Carne e pesce, matrimonio perfetto

La distinzione che di solito separa rigorosamente carne e pesce non è conosciuta nella paella. Come si vede anche nelle ricette di questo servizio, il riso allo zafferano, elemento base del piatto, si può arricchire di pollo, coniglio, maiale, frutti di mare, verdure, legumi, aromi nelle combinazioni più diverse, ma sempre trionfali.
Si può anche rimanere perplessi, tanto che il mix non raccoglie i consensi degli chef spagnoli più raffinati, che lo giudicano una forzatura "da turisti". Ma l'enorme successo della paella, in tutte le sue versioni, è innegabile. Il bello è che non ci sono regole, niente è rigido o codificato.

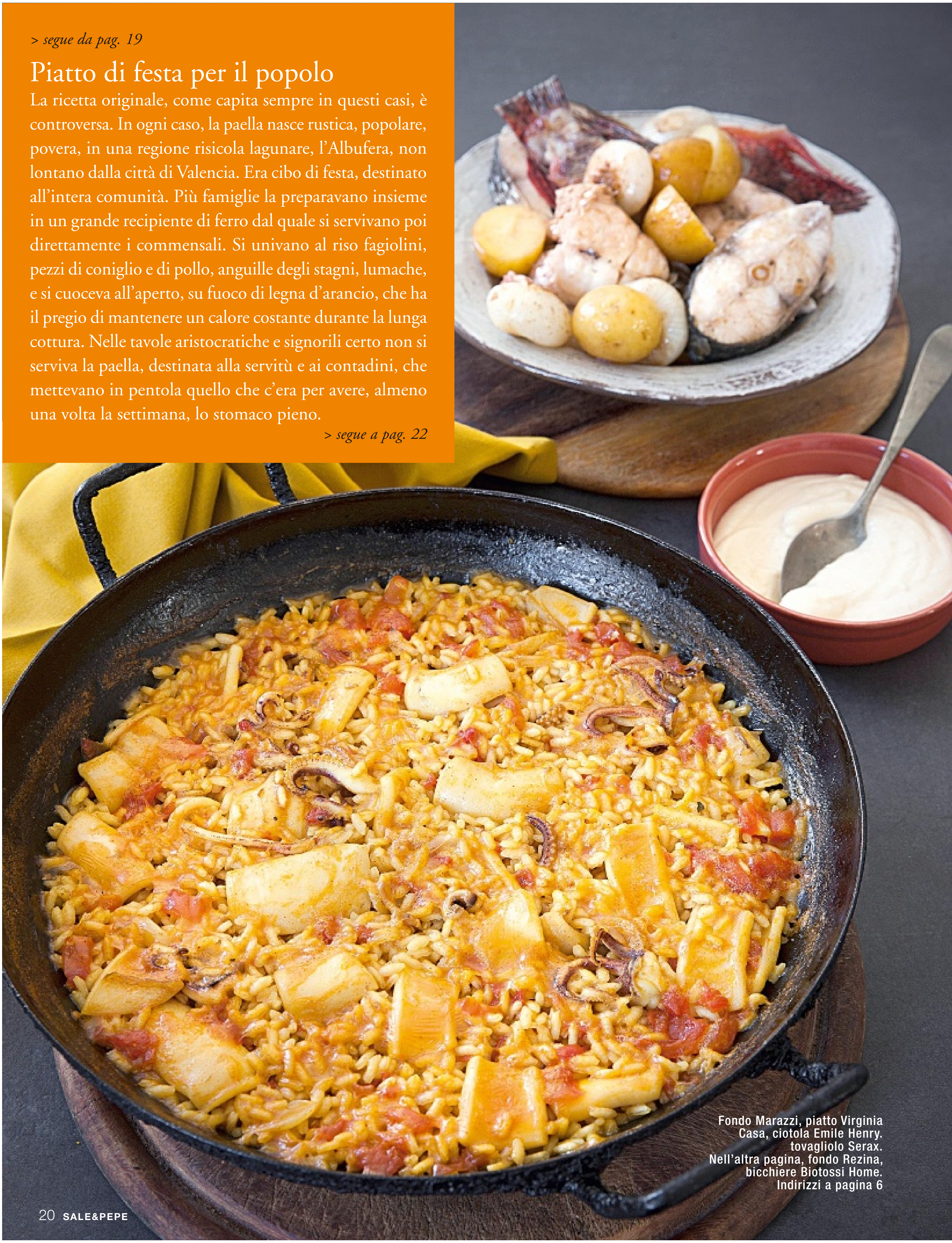
> segue a pag. 20

> *segue da pag. 19*

Piatto di festa per il popolo

La ricetta originale, come capita sempre in questi casi, è controversa. In ogni caso, la paella nasce rustica, popolare, povera, in una regione risicola lagunare, l'Albufera, non lontano dalla città di Valencia. Era cibo di festa, destinato all'intera comunità. Più famiglie la preparavano insieme in un grande recipiente di ferro dal quale si servivano poi direttamente i commensali. Si univano al riso fagiolini, pezzi di coniglio e di pollo, anguille degli stagni, lumache, e si cuoceva all'aperto, su fuoco di legna d'arancio, che ha il pregio di mantenere un calore costante durante la lunga cottura. Nelle tavole aristocratiche e signorili certo non si serviva la paella, destinata alla servitù e ai contadini, che mettevano in pentola quello che c'era per avere, almeno una volta la settimana, lo stomaco pieno.

> *segue a pag. 22*



Fondo Marazzi, piatto Virginia Casa, ciotola Emile Henry. tovagliolo Serax. Nell'altra pagina, fondo Rezina, bicchiere Biotossi Home. Indirizzi a pagina 6

ARROZ A BANDA

PER 6 PERSONE
per la paella: 400 g di riso Carnaroli - 1 kg di pesce misto a tranci (scorfano, coda di rospo, cernia) - 250 g di calamari - 8 patate piccole - 8 cipolle piccole piatte - 3 pomodori- 2 spicchi d'aglio - 1 cucchiaino e mezzo di paprica affumicata - 2 bustine di zafferano - olio extravergine d'oliva - sale
per la salsa aioli: 3 spicchi d'aglio - 1 tuorlo - 1 dl d'olio extravergine d'oliva delicato - sale

● **1** Preparate la salsa aioli. Schiacciate gli spicchi di aglio con un pizzico di sale, lavorandoli fino a quando diventano cremosi. Trasferite la crema così ottenuta in una brocca, unite il tuorlo e lavorate il composto con il frullatore a immersione, aggiungendo l'olio a filo, fino a ottenere una salsa densa e liscia. Se vi piace, potete aggiungere qualche goccia di succo di limone.
● **2** Preparate la paella. In una grande padella, fate scaldare 2 cucchiai d'olio, rosolatevi le patate e le cipolle sbucciate a tocchetti e, quando sono dorate, spolverizzatele con 1/2 cucchiaino di paprica; poi salatele e aggiungete 1,5 l di acqua. Cuocete le verdure per 30 minuti, quindi unite i tranci di pesce e lasciate cuocere per 15 minuti. Poi prelevate la preparazione e tenetela in caldo mettendo da parte il brodo.
● **3** Nella stessa padella, scaldate 3 cucchiai d'olio e fatevi rosolare i calamari, tagliati a grossi pezzi, unite gli spicchi d'aglio sbucciati a fettine e i pomodori pelati e spezzettati grossolanamente. Salate, fate cuocere per qualche minuto, quindi aggiungete la paprica rimasta e lo zafferano, sciolto in poca acqua.
● **4** Aggiungete1,25 l del brodo di cottura del pesce e, quando riprende il bollore, unite il riso, distribuendolo uniformemente nella padella. Cuocete per 10 minuti a fuoco vivace, quindi abbassate la fiamma e cuocete ancora per 10 minuti. Lasciate riposare la paella per qualche minuto e poi servitela con il pesce tenuto da parte, le verdure e la salsa aioli preparata.

FACILE
● **Preparazione 25 minuti**
● **Cott. 1 ora e 20 minuti** ● **640 cal/porz.**



PAELLA DI VERDURE

PER 6 PERSONE
400 g di riso Carnaroli - 250 g di cavolfiore - 1 peperone rosso - 1 peperone giallo - 100 g di fagiolini - 50 g di piselli sgranati - 100 g di fagioli borlotti lessati - 2 melanzane - 2 patate medie - 2 pomodori - 1 testa d'aglio fresco - 1 cucchiaino di paprica affumicata - 2 bustine di zafferano - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Sbollentate i piselli e teneteli da parte. In una grande padella, scaldate 2 cucchiai d'olio e fatevi rosolare le melanzane tagliate a dadi e i peperoni a listarelle; salate e lasciate appassire gli ortaggi per 10 minuti, poi prelevateli e teneteli in caldo.
● **2** Nella stessa pentola aggiungete 1 cucchiaio d'olio e fatevi cuocere per qualche minuto le patate sbucciate e tagliate a pezzi e il cavolfiore a cimette; poi unite i pomodori pelati e spezzettati e l'aglio fresco a spicchi sbucciati. Condite con la paprica e 1 pizzico di sale, poi versatevi 1,5 l di acqua calda con lo zafferano.
● **3** Fate cuocere per circa 15 minuti, quindi aggiungete i fagiolini spuntati e proseguire la cottura per altri 10 minuti. Aggiungere il riso, distribuendolo uniformemente, cuocete per 10 minuti, poi abbassate la fiamma, unite i piselli, i fagioli, le melanzane e i peperoni tenuti da parte e terminate la cottura per 10 minuti. Lasciate riposare a fuoco spento per 5 minuti e servite.

MEDIA ● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 55 minuti** ● **350 cal/porzione**



UNA "BOMBA" NEL PIATTO
Quando si parla di paella, in Spagna non si hanno dubbi sul riso giusto: è il Bomba, che si produce nelle zone di Valencia (Comunità Valenciana), del Delta dell'Ebro (provincia di Tarragona) e di Calasparra (Murcia). Protetto dalla Doc è il più pregiato e costoso riso spagnolo; ha un chicco corto e tondeggiante, tiene bene la cottura ed è perfetto per la paella perché assorbe una grande quantità di brodo, trattenendo i sapori degli ingredienti. Tra le valide alternative italiane c'è il Carnaroli.



TRA GLI INGREDIENTI RICORDATEVI LA PAZIENZA

Paella secondo tradizione e tapas sono il segreto di "Albufera", il ristorante milanese di Alice e Mateus Coelho.

Mateus, dove ha imparato a cucinare la paella?
A Valencia, dove ho studiato per molti anni, grazie a una cuoca di lunghissima esperienza.

Può raccontarci come prepara la versione classica?
Inizio col dorare le carni di pollo e coniglio, poi metto fagiolini e carciofi, il soffritto di cipolla, aromatizzo con zafferano, pimenton e la paprica dolce. Quindi è la volta delle lumachine di terra e solo dopo metto l'acqua, che deve bollire circa un'ora. Quando ne rimane un terzo circa, unisco il riso… Ci vogliono almeno tre ore. Insomma, uno degli ingredienti fondamentali è la pazienza.

Quali sono le varianti più richieste del momento?
Quella di sole verdure e poi quella di mariscos con calamari, seppioline, gamberetti e sopra, gamberi, scamponi, cozze. Ma adesso piace molto anche la fideuà con la pasta.

> segue da pag. 20

Nulla a che fare con il risotto

La prima citazione della paella o "riso alla valenciana" si trova in un manoscritto in lingua catalana del XVIII Secolo. Introdotto in Spagna dagli Arabi, nel VII secolo, il riso si è imposto sulla tavola iberica con autorità e lo si trova nelle preparazioni più diverse: "arroz" (riso) a la catalana, a la marinera, a la huertana, cioè all'ortolana, arroz negro, con inchiostro di seppia, che sono varianti della paella di cui si trovano echi nelle nostre ricette. La tecnica di cottura non è quella del risotto italiano, con tostatura iniziale e aggiunta di brodo: qui il riso viene arrostito e deve restare ben asciutto e consistente, non legato.

> segue a pag. 24





Fondo Marazzi, pentola Agnelli, tovagliolo Maisons du Monde. Indirizzi a pagina 6

PAELLA CATALANA FIDEUÀ

PER 6 PERSONE
per la paella: 350 g di fidelini - 500 g di cozze - 12 gamberi rossi - 1 arancia non trattata - 1 mazzetto di prezzemolo tritato - 1 bustina di zafferano - olio extravergine d'oliva - sale - pepe
per il brodo di pesce: 650 g di tranci di pesce da zuppa - 500 g di cozze - 200 g di vongole - 200 g di gamberetti - 2 cipolle - 4 spicchi d'aglio - 2 cucchiai di concentrato di pomodoro - 1 peperoncino rosso secco - 1/2 cucchiaino di semi di coriandolo - 1/2 cucchiaino di semi di finocchio - 1 foglia di alloro - 1 mazzetto di timo - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Preparate il brodo. In una pentola, fate rosolare le cipolle spellate e tritate con 2 cucchiai d'olio, poi aggiungete i gamberetti, gli spicchi d'aglio spellati, il peperoncino, i semi di coriandolo e di finocchio, la foglia di alloro, il timo, 1 pizzico di sale e 1 pizzico di pepe e lasciate soffriggere per 3 minuti. Unite il concentrato di pomodoro, il pesce, le vongole e le cozze lavate e private del bisso. Unite 1,5 l di acqua, portate a ebollizione, coprite e lasciate sobbollire 40 minuti. Filtrate il brodo e tenetelo da parte.
● **2** Preparate la paella. Rompete i fidelini in pezzetti di circa 3 cm, ungeteli con 2 cucchiai d'olio, distribuiteli su una placca rivestita di carta da forno e infornateli a 160° per 3 minuti. Poi trasferiteli in una grande padella, bagnateli con 6 dl di brodo di pesce caldo, unite lo zafferano sciolto in poca acqua e mescolate. Quando i fidelini si sono ammorbiditi, aggiungete il brodo rimasto e proseguite la cottura per 8 minuti circa.
● **3** Mentre la pasta cuoce, rosolate i gamberi per 2-3 minuti in una padella con 1 cucchiaio d'olio. Trasferiteli nella padella con i fidelini, unite le cozze lavate e private del bisso e cuocete finché i molluschi si aprono. Spolverizzate con il prezzemolo tritato e la buccia d'arancia grattugiata; regolate di sale, pepate e servite.

FACILE ● **Preparazione 25 minuti** ● **Cottura 1 ora e 10 minuti** ● **420 cal/porzione**



ARROZ NEGRO

PER 6 PERSONE
400 g di riso Carnaroli - 500 g di seppie pulite e le sacche del nero - 6 pomodorini piccadilly - 2 spicchi d'aglio - 1 grossa cipolla - 1 cucchiaino di paprica dolce - 1/2 bustina di zafferano - 1 l di brodo di pesce - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Tenete da parte le sacche del nero, tagliate a pezzetti le seppie e saltatele in padella per 5 minuti con 1 cucchiaio di olio. Quando sono dorate trasferitele in un piatto e tenetele da parte.
● **2** Versate 2 cucchiai d'olio nella stessa padella e soffriggete la cipolla tritata insieme agli spicchi di aglio sbucciati. Dopo 3 minuti, unite il riso e mescolate 1 minuto per farlo tostare. Aggiungete la paprica, lo zafferano, le sacche del nero (bucatele quando sono in padella), il brodo e regolate di sale.
● **3** Portate a ebollizione, distribuite le seppie sul riso, coprite e cuocete per 10 minuti a fuoco medio. Disponete fra le seppie i pomodorini tagliati a metà, coprite, abbassate la fiamma al minimo e cuocete per altri 5 minuti. Lasciate riposare 5 minuti e servite.

FACILE
● **Preparazione 10 minuti**
● **Cottura 30 minuti** ● **465 cal/porzione**

Fondo Marazzi,
posate Cutipol.
Indirizzi a pagina 6

> *segue da pag. 22*

Gialla anche senza zafferano

Una delle versioni più apprezzate è quella di soli "pescado" e "mariscos", cioè pesce e frutti di mare. La ricca presenza di gamberi, calamari e cozze, anche per i meravigliosi colori che si stagliano sul giallo del riso, dà al tutto una forza di attrazione speciale. La paella "a banda", invece viene rinvigorita di aglio e si serve con la salsa aioli, destinandola ai palati più avventurosi. Una versione anomala utilizza, al posto del riso, la pasta, una specie di fidelini, da cui il nome fideuà. A proposito di giallo, una curiosità: lo zafferano, così costoso, non è certo compatibile con le origini povere del piatto. Ma il colore dell'oro sembra irrinunciabile per la paella e in Spagna si è trovato un altro colorante in uso ancora oggi, chiamato comunemente paellero: ottimo per l'effetto cromatico, ma praticamente insapore. Per finire, una nota sul servizio. Cibo tradizionalmente festivo, la paella in genere non si serve a cena, e si porta in tavola nel recipiente di cottura, che è elemento di identità.





IL GIARDINO DEI CILIEGI

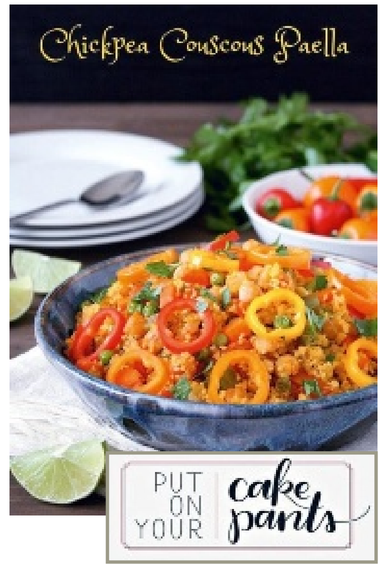
Per Elena la paella è legata a un ricordo romantico, quello della sua luna di miele. Quel giorno lei e il marito sono partiti all'avventura, senza pianificare. E, ogni volta che oggi la cucina, ritorna con il pensiero a Barcellona. Questa è una delle tante piacevoli storie, abbinate ad altrettante ricette, che troviamo sul sito **giardinociliegi.blogspot.it.**

PEPA COOKS

«Por blog de cocina entendemos hacer lo que nos gusta» l'intento di **pepacooks.com** è chiaro persino per chi non conosce lo spagnolo: cucinare insieme ricette semplici e appetitose. Le foto spiegano passo passo come procedere. Nemmeno a dirlo, la loro paella fa sognare.

pepa cooks





PUT ON YOUR CAKE PANTS

Californiana e quasi vegetariana, Mara di **putonyourcakepants.com** (in inglese) ha un'autentica passione per la sperimentazione in cucina. La sua paella incuriosisce perché è veggie, ricchissima e, soprattutto, l'ingrediente base è il cuscus.

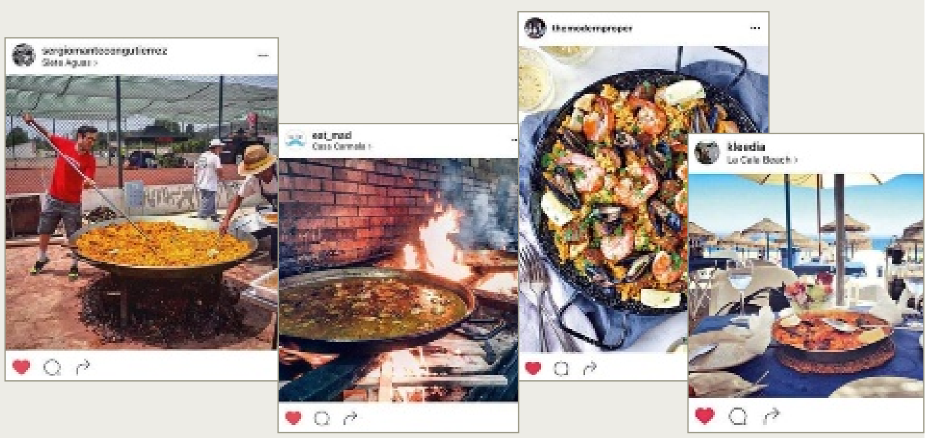
Sontuosa p@ella

L'ISPIRAZIONE È VALENCIANA, MA ONLINE VINCE LA CREATIVITÀ E LA TROVIAMO IN TANTI MODI FANTASIOSI, TUTTI LA CLICCARE

di Barbara Roncarolo

LE VOSTRE FOTO SU INSTAGRAM

Cercando #paella si apre un mondo che sa di cene con amici e piacevoli vacanze. **@sergiomantecongutierrez** è un appassionato di mountain bike, la sua è un'eccezione ghiotta in un profilo decisamente sportivo; **@eat_mad**, un collettivo di foodies spagnoli, mostra la classica "paella" pronta per la cottura; **@themodernproper**, 2 mamme, 5 figli, l'arte dell'ospitalità e ricette deliziose, paella in primis; **@kleedia** è una giramondo, qui si gode un pranzetto in spiaggia. Usate **#InstaSalePepe**: guarderemo tutte le vostre foto.



SALE&PEPE SHOPPING

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA



LUPINO MADAMA OLIVA

Madama Oliva presenta uno snack salutare: i lupini già sgusciati nella pratica confezione tascabile. Un prodotto salutare e leggero che soddisfa anche i nuovi trend vegetariani e vegani.



YOGURT DA BERE MILA

La gamma di yogurt da bere Mila si arricchisce con il nuovo gusto pera. Tutti i prodotti sono di alta qualità, garantita dall'utilizzo di latte di montagna 100% Alto Adige, adatti a tutti per una pausa fresca e gustosa.



ATHESIS KETTMEIR

Il Metodo Classico Brut Rosé Athesis Alto Adige D.O.C., da uve Pinot Nero, ha un colore rosa tenue, perlage fine e persistente, esprime note fruttate di lampone con sentori piacevoli di lievito. Al gusto è secco, pieno, armonico.



OLI SPECIALI ZUCCHI

Frutto dell'expertise di Oleificio Zucchi, la gamma di Oli Speciali Zucchi si amplia con l'Olio di Avocado e l'Olio di Semi di Sesamo, perfetti per esaltare i sapori di tutte le ricette estive, grazie alla loro leggerezza.



GELATI VALSOIA

Per i suoi gelati Valsoia ha scelto solo mandorle italiane e le ha miscelate ad ingredienti selezionati per ottenere un gelato dal delicato gusto di mandorla, senza l'utilizzo di grassi animali. Tre le referenze: I Mini Stecchi ricoperti di cioccolato, I Coni con cioccolato e granella di mandorle e Il Barattolo gusto Stracciatella.



NUOVE RICETTAZIONI MR. DAY

Tutti i prodotti Mr. Day sono, da ora, proposti nella nuova ricettazione priva di olio di palma per andare incontro alle nuove esigenze, come il muffin con gocce di cioccolato belga, al cacao o con il nuovo ripieno al mirtillo e la Ciambella di pasta margherita.



KAMUT® COMPIE 30 ANNI

Kamut International e Kamut Enterprises of Europe festeggiano quest'anno il trentesimo anniversario del marchio Kamut®, il brand a tutela di un antico cereale, coltivato esclusivamente con metodo biologico e ricco di proprietà nutrizionali benefiche per la salute.



NOVITÀ LAVAZZA: PRONTISSIMO

Lavazza presenta in Italia il suo primo caffè solubile Premium. Una straordinaria miscela 100% Arabica arricchita con il 10% di caffè finemente tostato e macinato, che unisce la praticità alla qualità garantita da Lavazza. Due le varianti: Classico e Intenso.



PICCOLI FRUTTI DALL'ALTO ADIGE

I piccoli frutti (fragole, lamponi e ciliegie) a Marchio di Qualità Alto Adige garantiscono una qualità sopra gli standard e la provenienza. Fragranti, dolci e succosi sono gustosi al naturale ed ideali nella realizzazione dei dolci.



NOVITÀ LIDL: "CHE SEPPIA"

"Che seppia!" vince il programma televisivo "La ricetta perfetta" ed è ora in vendita nei supermercati Lidl: Il piatto, seppie in umido alla genovese con purè di piselli ha trionfato grazie alla votazione finale dei clienti Lidl ed è entrato a far parte della linea "Italiamo", marchio dedicato al meglio del made in Italy.



AFFETTATI VEGETALI STUFFER

Gli Affettati Vegetali sono l'ultima novità Stuffer, una gustosa specialità per vegetariani, senza glutine e senza lattosio. Due le nuove referenze: versione "delicata" e quella "pomodoro e basilico", confezionate in pratiche vaschette, entrambe senza glutine e senza lattosio.



FOCACCIA DI GRANO SARACENO

Molino Rossetto presenta il preparato per Focaccia di Grano Saraceno Senza Glutine, che consente di realizzare in poche mosse una gustosa focaccia adatta agli intolleranti al glutine. È infatti sufficiente aggiungere acqua tiepida e olio extra vergine di oliva, oltre alla bustina di lievito secco attivo contenuta nella confezione.



PATATINE SELENELLA

Il Consorzio Patata Italiana di Qualità in collaborazione con PATA ha creato Le Patatine Selenella: croccanti e dal sapore avvolgente, ma al tempo stesso leggere. Nascono da patate 100% italiane, contengono il 6% di olio extra vergine di oliva, -30% di grassi e di sale, con sale iodato e senza glutine.



NUOVE INSALATE VIVA LA MAMMA

Fratelli Beretta presenta le nuovissime Insalate di Viva la Mamma, piatti freschi e gustosi nelle pratiche vaschette monoporzione. "Tonno con 5 cereali, legumi e mais", "Pollo con Kamut e verdure" e "Salmone con Kamut, fagioli e ceci", ricette con ingredienti accuratamente selezionati, senza conservanti aggiunti.



YOGURTERIA MERANO

Latteria Sociale Merano presenta il primo frozen yogurt con latte e yogurt Alto Adige, senza lattosio e con fermenti lattici vivi, un prodotto cremoso e morbido nei gusti bianco, frutti di bosco, mango e passion fruit e il nuovo gusto fragola. Finalmente un gelato senza sensi di colpa.



H41 HEINEKEN

Grazie all'esperienza dei mastri birrai Heineken, è nata H41, una birra lager in edizione limitata, prodotta utilizzando un raro lievito scoperto in Patagonia. Questa nuova lager ha un gusto pieno, con leggere note speziate e delicati sentori fruttati.



MERCATO DEL PANE

Torna, dal 30 settembre al 2 ottobre, a Bressanone il tradizionale Mercato del Pane e dello Strudel Alto Adige. Ogni vallata ha il suo pane, ma tutti a Marchio di Qualità Alto Adige che garantisce l'utilizzo di ingredienti naturali e di cereali di provenienza locale. Programma dettagliato su: www.mercatodelpane.it.



FESTA DELLO SPECK ALTO ADIGE

L' 1 e 2 ottobre Santa Maddalena si prepara ad accogliere l'annuale appuntamento con il re dei salumi altoatesini: lo Speck Alto Adige IGP. Programma dettagliato dell'evento su: www.festadellospeck.it.



VIVA LA MAMMA PORTA IN TAVOLA LE NUOVE INSALATE PRONTE.

Una gamma completa di piatti freschi, leggeri e tutti da provare con quel gusto in più, ma senza conservanti aggiunti. Scopri la ricetta al tonno, con 5 cereali, legumi, mais: un sapore unico come la tua voglia di buono. **OGNI GIORNO UN SAPORE DIVERSO.**

BUONE LETTURE

SCELTE CON PASSIONE PER ESSERE DIVORATE

di Francesca Tagliabue

IL LIBRO DEL MESE

Questo pane di origine ebraica quasi inganna con una mini lista di ingredienti: il risultato, nella sua semplicità, si presta in realtà a infinite interpretazioni dolci e salate, classiche ma anche vegetariane o vegane. Tutte ghiotte e scenografiche, ideali per golosi cosmopoliti e ospiti in cerca dell'ultimo trend. Le 57 ricette raccolte nel volume - una più bella e ricca dell'altra, una sfida di per sé - tutte riviste e scritte per la cucina casalinga, delizieranno foodie entusiasti e innovatori come tradizionalisti esigenti. Non mancano la storia, i miti e le leggende del pane con il buco in mezzo.

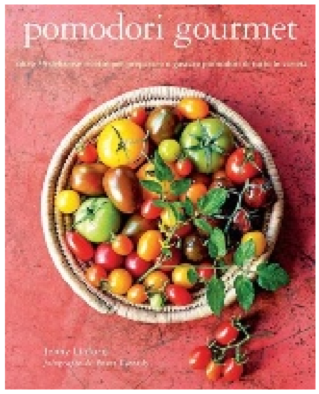
THE BAGEL COMPANY

di Myriam Sabolla, Guido Tommasi Editore, a 9,90 €



"... il bagel sembra nato per essere farcito... la storia avvincente di questo pane circolare, fino al suo successo planetario"

dall'introduzione del libro



POMODORI GOURMET

di Edizioni Il Castello, a 19,90 €

La versatilità di questo ortaggio non conosce confini, neanche geografici: Jenny Linford ha raccolto nel suo libro oltre 75 ricette provenienti da tutto il mondo, classiche e innovative. Ma non solo: l'autrice ci guida attraverso le numerose varietà e semi disponibili, non lesinando preziosi consigli per coltivare, trattare, conservare e lasciar maturare i "pomi d'oro", appunto. E così, sfogliando il volume, cresce la voglia di gustarli crudi a fettine in tante, diverse insalate, cotti nei sughi per la pasta, trasformati in ricche salse, al forno, secchi sott'olio...

IL PESCE A TAVOLA

Slow Food Editore, a 9,90 €

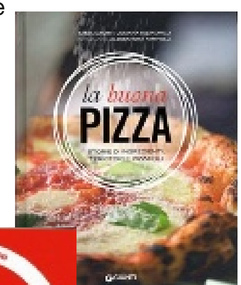
Il nuovissimo ricettario firmato Slow Food parte dal calendario delle stagioni di pesca per proporre ben 120 ricette, scelte per esatare la cultura ittica propria della cucina italiana. I piatti, corredati di suggerimenti e consigli molto utili, sono suddivisi secondo stagionalità, secondo i canoni della filosofia di buono, pulito, e giusto alla base del movimento slow food, senza rinunciare a portare in tavola le delizie del mare... al momento giusto, però.

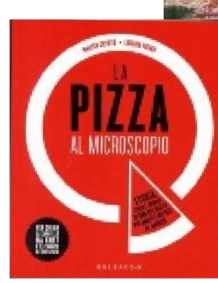


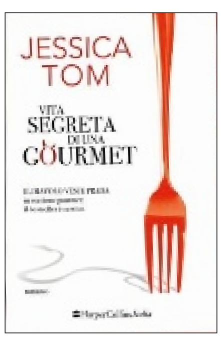
VOGLIA DI PIZZA

"Pizza al microscopio", di Walter Caputo e Luigina Pugno, Gribaudo, a 14,90 € e "La buona pizza", Giunti, a 22 €

L'evoluzione di uno dei piatti italiani più amati al mondo, celebrata nel 1° volume con un viaggio alla scoperta degli aspetti scientifici dell'italica delizia, per conoscerla e, naturalmente, prepararla. Aneddoti, curiosità, trucchi... anche esperimenti in cucina: per chi ama la pizza e si sente un po' alchimista... Il 2° libro racconta storie di ingredienti, territori e chef-pizzaioli: un percorso per scovare (e mangiare) le vere pizze top.







VITA SEGRETA DI UNA GOURMET

di Jessica Tom, Harper Collins Italia, a 14,90 €

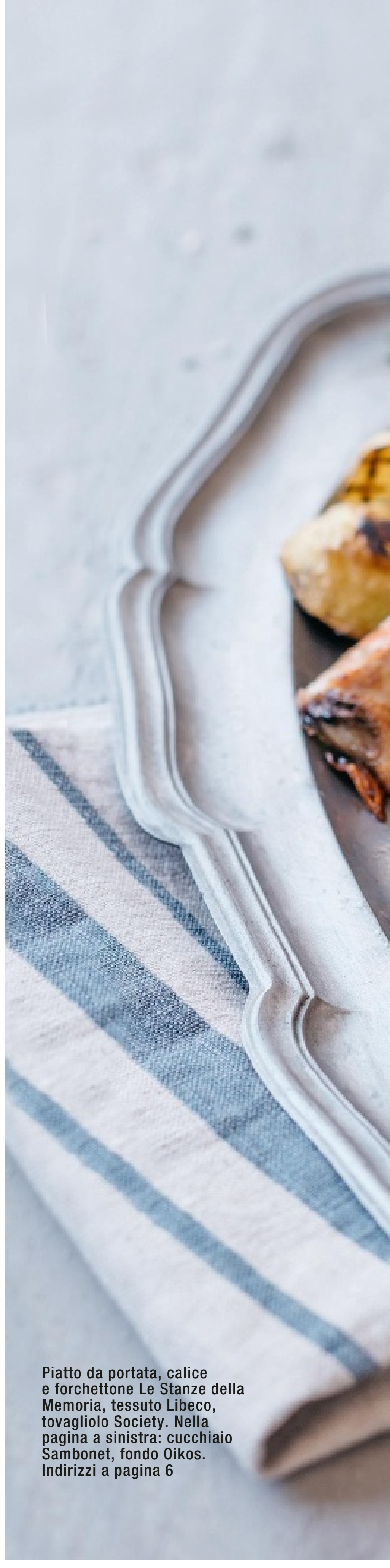
Intrigo e ristoranti pluri-stellati sono tra gli ingredienti di un romanzo davvero... appetibile: abiti da sogno e chef supervip si alternano a portate sountuose. Con l'acquolina in bocca, una ragazza piena di talento e speranze viene catapultata sulla scena del *fine dining* newyorkese per scoprime peccati e compromessi, affrontando da sola le sottili ipocrisie del mondo della critica gastronomica stellata. Leggero e divertente.



Costine BBQ

SUCCULENTI E ACCOMPAGNATE DA SPEZIE VIBRANTI O FRUTTA ZUCCHERINA, AVVOLTE IN MANTELLI DI MIELE, SONO LE REGINE D'ESTATE

a cura di Monica Pilotto, ricette di Livia Sala, foto di Michele Tabozzi, styling di Alessandra Salaris, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi



Piatto da portata, calice e forchettone Le Stanze della Memoria, tessuto Libeco, tovagliolo Society. Nella pagina a sinistra: cucchiaio Sambonet, fondo Oikos. Indirizzi a pagina 6

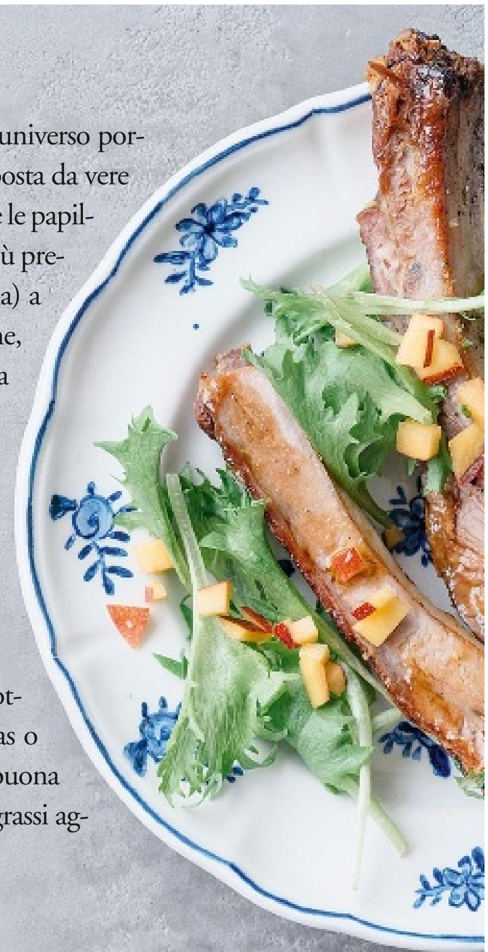

Costine affumicate
al miele
pag. 38



Marinate alle pesche
pag. 38



Coltello Atelier Bellinzona, barattolo in vetro Fiorirà un Giardino, fondo Oikos. Nella pagina a destra, in alto: piatto Laboratorio Paravicini. Indirizzi a pagina 6



Delizie suine

Del maiale si utilizza proprio tutto: dal saporoso universo porchesco ricchissima è l'eredità gastronomica, composta da vere leccornie, fresche o conservate, capaci di risvegliare le papille gustative più assopite. E non sono solo i pezzi più pregiati (coscia, carré, lonza, lombata, filetto, braciola) a fare la felicità dei palati. Anche le succulenti costine, una delle parti più economiche del maiale, sono da leccarsi le dita. I più golosi, quelli che le preferiscono tenere ma croccanti, le cuociono sulla griglia: le braci non devono essere vive per evitare bruciature esterne; perfetti i barbecue che cuociono a calore indiretto, regolabile, ideale per le cotture lente. Si trovano a gas, elettrici o a legna e carbonella, la soluzione migliore per cuocere le costine.
I salutisti scelgono la pietra ollare in commercio sotto forma di piastre da posizionare su fornelli a gas o all'aperto sulla brace e, ancora, elettrica. È una buona alternativa alla cottura sulla griglia, non si usano grassi aggiunti e la carne rimane più tenera.

Il gusto del maiale

Le costine sono sempre sublimi quando arrivano da maiali allevati allo stato brado. Come quelli di Simone Fracassi, patron della storica Macelleria Fracassi che, dal 1927 a Castel Focognano in provincia di Arezzo, si dedica con passione alla lavorazioni delle carni migliori. "Nella mia macelleria le carni suine provengono dai pregiati Grigi del Casentino, un ibrido nato dall'incrocio delle Cinte con il verro Large White. I Grigi razzolano liberi nei boschi di castagno, leccio, cerro, roverella dove si cibano dei prodotti spontanei come ghiande, bacche, frutti e radici. Questo tipo di alimentazione e il fatto di potersi muovere in piena libertà, assicurano loro un buon livello di benessere e una carne tenera e saporita" ci informa il Sig. Fracassi.
"Della carne, garantita e genuina, si può rintracciare e controllare tutte le fasi della filiera: dal luogo di nascita alla macellazione (tra i 18 e 24 mesi) eseguita esclusivamente nel mattatoio di fiducia. La mia ricetta preferita? Semplice: strofino con la polpa dell'aglio le costine già ripulite della membrana nella quale sono avvolte, le lascio 1-2 ore in un trito di sale dolce di Cervia, rosmarino, salvia, timo e pepe che spazzolo via prima di metterle sulla griglia. Il segreto è non avere fretta: la costina non va cotta sui carboni ardenti, ma dolcemente, a bassa temperatura e quelle dei maiali allevati allo stato brado vanno cotte a 50° al cuore. Solo così viene esaltata la sapidità delicata della carne che diventa tenera e succosa". Lode al maiale! *M.P.*

COSTINE AL CUMINO CON MANDORLE TOSTATE, RISO PILAF E MELANZANE GRIGLIATE

PER 4 PERSONE
1 kg di costine di maiale - 240 g di riso Basmati - 1 cipolla - 2 melanzane - 1 pezzetto di cannella - 1/2 cucchiaio di semi di cumino - 1 mazzetto di timo - 1 mazzetto di basilico - 1 limone - 80 g di mandorle - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Preparate una citronette con 1 cucchiaio di succo di limone, sale, pepe, i semi di cumino pestati e 2 cucchiai di olio; condite le costine con la salsina e cuocetele sulla griglia a calore moderato per 30 minuti, girandole di tanto in tanto. Private le melanzane delle due estremità, lavatele e tagliatele a tocchetti, conditele con olio, sale e pepe e cuocete anch'esse sulla griglia finché saranno morbide.
● **2** Tritate grossolanamente la cipolla, soffriggetela in padella con 3 cucchiai d'olio e la cannella; quando la cipolla sarà trasparente, eliminate la cannella, unite il riso e tostatelo qualche istante, quindi versate circa 600 ml di acqua bollente leggermente salata, finché il riso sarà coperto. Chiudete con un coperchio, appoggiatevi un peso e cuocete per 15 minuti a fuoco dolce, in modo che il riso assorba tutto il liquido.
● **3** Mentre si cuoce il riso, frullate metà dei tocchetti di melanzana con un filo di olio, poco succo di limone e una manciatina di foglie di timo e basilico. Tritate grossolanamente le mandorle e tostatele in un padellino, senza olio ma solo con un pizzico di sale e di pepe. Servite le costine accompagnandole con il riso, le melanzane e la salsa.

FACILE
● Preparazione 30 minuti ● Cottura 30 minuti ● 710 cal/porzione





BERE GIUSTO
La dolcezza di miele e sciroppo d'acero trova un vivo contrasto nelle sensazioni piccanti e pepate: al Teroldego il compito di gratificare la fragranza delle costine senza farsi travolgere dalla sensazione grassa. La carnosa freschezza delle pesche e dell'avocado evoca uno Champagne Rosé che agisce su due piani, prima avvolge e, appena dopo, contrasta. Le melanzane presenti nella versione al cumino ci portano dritti a un Negramaro salentino, mentre un calice di un frizzante e leggiadro Lambrusco di Sorbara, servito fresco, è l'ideale per il panino.



Piatto piano Laboratorio Paravicini, piatto con decori rétro Le Stanze della Memoria, forchetta Sambonet, fondo Oikos. Nella pagina a sinistra: piatto piano Laboratorio Paravicini, piatto azzurro Chantal Delorme, ciotola Bloomningville, tovagliolo Il Borgo delle Tovaglie. Indirizzi a pagina 6

AI PEPERONI, CON SCIROPPO D'ACERO

PER 4 PERSONE
1,2 kg di costine di maiale - 1 spicchio di aglio - 1 rametto di rosmarino - 100 ml di sciroppo di acero - 3 peperoni misti - aceto di mele - olio extravergine d'oliva - sale - pepe in grani

● **1** Tritate una manciata di aghi di rosmarino con lo spicchio di aglio e 2 o 3 grani di pepe; sfregate le costine con il trito così che si insaporiscano bene.
● **2** Versate sulle costine lo sciroppo d'acero e lasciatele riposare al fresco per 30 minuti. Cuocete le costine sulla pietra ollare per 15 minuti, girandole di tanto in tanto.
● **3** Intanto lavate i peperoni, privateli della calottina ed eliminate filamenti e semini interni; tagliateli a striscioline e conditeli con sale, pepe e olio. Quindi unite i peperoni alla carne sulla pietra e cuocete tutto insieme per altri 20 minuti, sfumando con un paio di cucchiai di aceto.

FACILE
● **Prep. 20 minuti + il tempo di marinatura** ● **Cottura 35 minuti** ● **535 cal/porzione**



Costine alla rucola
con maionese
di avocado
pag. 38



Piatto in peltro Antichità San Marco, tovagliolo Libeco, fondo Oikos. Nella pagina a destra: piatto Bloomingville, tessuti Libeco, bicchiere Le Stanze della Memoria. Indirizzi a pagina 6

NEL PANINO, CON SALSA BBQ

PER 4 PERSONE
600 g di costine di maiale non ancora separate -1/2 cipolla - 250 ml di ketchup - 2 spicchi di aglio - 50 ml di aceto di mele - 2 cucchiai di zucchero di canna grezzo - 1 cucchiaio di senape media - 1 cucchiaio di salsa Worchestershire - 1 cucchiaio di paprica - 1 cucchiaino di senape in polvere - peperoncino in polvere - 4 pomodori Merinda - 2 mozzarelle fiordilatte - 25 g di insalatina - 4 panini al sesamo - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Preparate una miscela speziata con un pizzico di peperoncino, la senape, 1/2 cucchiaio di paprica e pepe; strofinate le costine con il mix di spezie, avvolgetele nella pellicola e lasciatele insaporire per almeno un paio di ore.
● **2** Raccogliete in una casseruola la cipolla tritata finemente e gli spicchi di aglio infilati con uno stecchino. Unite un filo di olio e fate appassire per qualche minuto, quindi aggiungete lo zucchero, il ketchup, l'aceto, la senape, la salsa Worchestershire, 1/2 cucchiaio di paprica e un pizzico di sale e una macinata di pepe; fate cuocere a fuoco dolce per 30 minuti, poi eliminate gli spicchi di aglio e passate al setaccio.
● **3** Cuocete le costine alla griglia, a calore moderato, finché la carne si staccherà dagli ossi. Spolpate le costine, tagliate a metà i panini e tostateli un po' sulla griglia. Farcite i panini con qualche fettina di pomodoro, foglioline di insalata, mozzarella, un po' di carne ancora calda e la salsa.

FACILE ● Preparazione 30 minuti + il tempo di marinatura ● Cottura 30 minuti ● 750 cal/porzione





COSTINE AFFUMICATE AL MIELE

PER 4 PERSONE
1,2 kg di costine di maiale - 4 cucchiai di miele di acacia - 1/2 cucchiaio di paprica affumicata - 1 scalogno - 1 rametto di rosmarino - 1 mazzetto di santoreggia - 600 g di piccole patate novelle - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sbucciate lo scalogno e tritatelo con una manciatina di aghi di rosmarino; mescolate il trito al miele e con quest'ultimo spennellate le costine, quindi cospargetele di paprica affumicata e lasciatele riposare almeno mezz'ora.
● **2** Cuocete le costine sulla pietra ollare, a fuoco moderato per circa 30 minuti, girandole di tanto in tanto finché la carne inizierà a staccarsi dagli ossi. Salate e pepate a piacere.
● **3** Nel frattempo spazzolate bene le patate sotto acqua corrente fredda, tagliatele a metà e conditele con olio, sale e pepe; cuocetele sulla griglia per 20 minuti, poi profumatele con un pizzico di foglioline di santoreggia e, infine, unitele alle costine nel piatto da portata.

FACILE ● Preparazione 25' + il tempo di marinatura ● Cottura 40 minuti ● 595 cal/porzione



MARINATE ALLE PESCHE

PER 4 PERSONE
1,2 kg di costine di maiale non ancora tagliate – 2 pesche bianche – 1 cucchiaio di zucchero di canna – 4 cucchiai di aceto bianco – 1 ciuffo di menta –
1 ciuffo di basilico – olio extravergine d'oliva – sale - pepe

● **1** Sciacquate le pesche, tenetene da parte mezza e frullate il resto, senza spellarle, con 2 cucchiai di olio, un pizzico di sale e di pepe, la menta, l'aceto e lo zucchero. Sistemate le costine in una teglia e irroratele con il frullato di pesche (tenetene da parte un po' da servire come salsa con la carne prima di servirla). Coprite con la pellicola e lasciate marinare per 1 ora al fresco.
● **2** Cuocete le costine sulla griglia a calore moderato per 30-40 minuti, girandole di tanto in tanto e bagnandole, nel caso la carne dovesse asciugarsi troppo, con qualche cucchiaio di marinata diluita con poca acqua.
● **3** Tagliate a dadini minuscoli la mezza pesca tenuta da parte, conditela con olio, sale e pepe e insaporitela con le foglie del basilico, lavate e asciugate, tagliate a julienne. Separate le costine e servitele con la dadolata e la salsa di pesche rimasta.

FACILE
● Preparazione 20' + il tempo di marinatura ● Cottura 35 minuti ● 445 cal/porzione



COSTINE ALLA RUCOLA, CON "MAIONESE" DI AVOCADO

PER 4 PERSONE
1,2 kg di costine di maiale - 2 rametti di rosmarino - 1 avocado maturo - 1 mazzetto di rucola - 1 limone - 1 mazzetto di erba cipollina - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Distribuite le costine in 4 cartocci di alluminio, inserendo in ciascuno qualche ciuffo di rosmarino e 1 pezzetto di scorza di limone; disponeteli poi sulla griglia e cuoceteli per 20 minuti a fuoco moderato.
● **2** Togliete le costine dai cartocci, salate e pepate e proseguite la cottura direttamente sulla griglia, in modo che prendano colore. Sbucciate l'avocado e privatelo del nocciolo; pesate circa 200 g di polpa pulita e frullatela con 1 cucchiaio di succo di limone, 1/2 cucchiaio di olio, un pizzico di sale e di pepe, qualche filo di erba cipollina tagliuzzata e 50 ml di acqua; in questo modo otterrete una sorta di "maionese".
● **3** Preparate una citronnette con qualche foglia di rucola tritata, il succo di 1/2 limone, 4 cucchiai di olio e una macinata di pepe. Condite le costine con la citronette e servitele accompagnandole con la "maionese" di avocado e qualche fogliolina di rucola.

FACILE ● Preparazione 25 minuti ● Cottura 35 minuti ● 565 cal/porzione



Origano

IL TRADIZIONALE AROMA DEL SUD UTILIZZATO IN TRE RICETTE MODERNE FIRMATE DALLA SUA INTENSITÀ

testo di Mariarosa Schiaffino, ricette di Claudia Compagni, foto di Felice Scoccimarro, styling di Stefania Aledi

Si sentono il sole più caldo e i profumi più intensi del meridione nelle sue foglie ovali appuntite e nei suoi fiorellini biancorosati. Perché l'origano è un'erba decisamente mediterranea, forse la più caratteristica per la forza del suo aroma. Pensare che il nome, di origine greca, vuol dire "gioia dei monti", in quanto riporta a quello che fu l'habitat della pianta nell'antichità, le alture dell'Europa meridionale e del Medio Oriente. Comune in tutte le regioni mediterranee, l'origano fu impiegato nella cucina romana meritandosi l'elogio del poeta Virgilio. Fu tenuto in grande considerazione anche per le proprietà digestive e aperitive dell'olio essenziale contenuto nei fiori, che lo rendeva adatto a insaporire i vini.

Con la forza dirompente che lo caratterizza si è insediato da tempo immemorabile nelle cucine del Sud, dove ha trovato compagnia ideale nella polpa rossa e lucente del pomodoro. Il binomio è perfetto e infatti è d'obbligo nella pizza detta "napoletana", con aglio e olio (che può anche fare a meno del pomodoro e restare bianca nelle versione più elementare). Eccolo poi in focacce rustiche e pizzelle fritte ed eccolo squillare gioiosamente nelle carni cucinate alla pizzaiola. Anche col pesce ha ottime frequentazioni, ma preferibilmente sceglie quelli dalle carni saporite, non troppo fini (per non essere troppo invasivo col suo aroma ardimentoso), come sarde, sardine, acciughe e pesce spada.

> segue a pag.43



Piatti Ceramiche Fasano in vendita da Chantal Delorme, tovagliolo C&C Milano e piano Fantini Marmi. Nella pagina accanto: piano Fantini Marmi. Indirizzi a pagina 6

Mafaldine con spada e pesto di origano,
pag. 42

MAFALDINE CON SPADA E PESTO DI ORIGANO

PER 4 PERSONE
320 g di mafaldine lunghe - 250 g di pesce spada a fette - un cipollotto - 10 g di origano fresco - 2 rametti di origano secco - 30 g di ricotta dura - un limone - un pizzico di peperoncino piccante in polvere - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Eliminate la pelle dalle fette di pesce spada e tagliatele a dadini. Mondate l'origano fresco e sbriciolate quello secco e frullateli con 4-5 cucchiai d'olio, una presa di sale, la ricotta dura e il peperoncino.
● **2** Mondate il cipollotto e tagliatelo a fettine, stufatelo dolcemente in una padella con 4 cucchiai d'olio e unite il pesce spada. Regolate di sale, cuocetelo su fiamma vivace per 2-3 minuti, spegnete e tenetelo in caldo.
● **3** Lessate la pasta in acqua salata, scolatela al dente, conditela con il pesto di ricotta, mescolate, aggiungete il pesce e servite.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti**
● **Cottura 15 minuti** ● **430 cal/porzione**

FOCACCIA ROSSA CON BURRATA

PER 4 PERSONE
500 g di farina 0 - 15 g di lievito di birra fresco - 10 g di rametti di origano fresco - 300 g di passata di pomodoro - 200 g di pomodorini ciliegia - uno spicchio d'aglio - 200 g di burrata - 1/2 cucchiaino di zucchero - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Mondate l'origano, tenete da parte un cucchiaino di foglie e tritate finemente le altre. Versate la farina a fontana sulla spianatoia, unite al centro lo zucchero, il lievito sbriciolato, 2 cucchiai d'olio, 2,5 dl d'acqua tiepida e impastate gli ingredienti per qualche minuto. Unite un cucchiaino di sale e continuate a impastare per 10 minuti. Trasferite l'impasto in una terrina, copritelo con un foglio di pellicola per alimenti e lasciatelo lievitare per 2 ore in un luogo tiepido.
● **2** Stendete la pasta in una teglia rivestita con carta da forno, spalmatela con la passata di pomodoro, unite una presa di sale, i pomodorini mondati e tagliati a metà e lo spicchio d'aglio sbucciato e tagliato a lamelle sottilissime e fate riposare l'impasto per altri 30 minuti.
● **3** Unite 3 cucchiai d'olio e cuocete la focaccia in forno preriscaldato a 230° per circa 20 minuti. Frullate la burrata insieme alle foglioline di origano rimaste e una presa di sale e servitela in una ciotolina con la focaccia tiepida.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti + riposo**
● **Cottura 20 minuti** ● **375 cal/porzione**

FRITTATA ARROTOLATA CON CAPRINO, ALICI E MELANZANE

PER 4 PERSONE
8 uova - 40 g di parmigiano reggiano grattugiato - 10 g di origano secco - 300 g di caprino vaccino - 8 filetti di acciuga sott'olio - 500 g di melanzane tonde - un limone - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Lavate le melanzane, mondatele e tagliatele a fette sottili con una mandolina. Spennellatele con poco olio, disponetele su due teglie rivestite con carta da forno e cuocetele in forno preriscaldato a 200° per circa 10 minuti. Insaporitele con una presa di sale e lasciatele raffreddare.
● **2** Sgusciate le uova in una terrina, unite una presa di sale, il parmigiano, le foglie di origano sbriciolate e una macinata di pepe e versate il composto in una teglia di 30x24 cm rivestita con carta da forno.
● **3** Cuocete la frittata in forno già caldo a 160° per circa 20 minuti e lasciatela raffreddare. Lavorate il caprino con 2 cucchiai d'olio, una presa di sale e una macinata di pepe e spalmatelo sulla frittata, coprite con i filetti di acciughe, le melanzane e arrotolate la frittata partendo dal lato corto. Avvolgetela in un foglio di pellicola per alimenti e fatela riposare in frigo per un'ora. Emulsionate 4 cucchiai d'olio con il succo di limone filtrato e sale e servitelo con la frittata tagliata a fette.

MEDIA
● **Preparazione 10 minuti + riposo**
● **Cottura 30 minuti** ● **400 cal/porzione**



Focaccia rossa con burrata

Tagliere Sagaform, ciotolina Caterina Von Weiss, piano Fantini Marmi. Nella pagina accanto: piatti Ceramiche Fasano in vendita da Chantal Delorme e ciotolna Caterina Von Weiss. Indirizzi a pagina 6



Frittata arrotolata con caprino, alici e melanzane

> *segue da pag. 41*

Nelle bruschette, col pomodoro crudo tagliato a dadini, è tocco privilegiato, così come in molte insalate. Mettetene un po' nelle patate al forno, in genere negli arrosti e nei minestroni per dare una nota diversa: la sentirete subito! Entra poi nelle conserve di verdure e in Calabria, dove raggiunge i vertici della qualità, si unisce alle amatissime melanzane sott'olio. Un'idea insolita? Risotto con filetti di pomodoro, origano e pecorino grattugiato: un poema di sapori. Si usa fresco ed essiccato (dal gusto e l'aroma più forte). Naturalmente si coltiva negli orti, ma in Calabria, Basilicata, Puglia, Sicilia è un piacere raccogliere i rametti che crescono spontanei nei prati soleggiati, farne piccoli mazzi da far seccare appesi, a testa in giù, in cucina o in dispensa: l'aria allora si fa odorosa ed è pronto al momento di cucinare. Anche se il suo arrivo nelle cucine settentrionali è più recente, è stato presto accolto con entusiasmo e ormai fa parte della nostra identità gastronomica nazionale. Basta sfregare fra le dita foglie e fiori che scricchiolano leggeri e le nostre preparazioni prendono più vita.

La pizza di Berberè

ARTIGIANALE, LEGGERA, BIOLOGICA: COSÌ LA INTERPRETA MATTEO ALOE, CALABRESE TRAPIANTATO AL NORD

di Miriam Ferrari, foto di Michele Tabozzi



IMPRESA DA CHEF
Matteo Aloe, classe 1986, città natale Catanzaro, si è laureato a Bologna in Economia e Marketing con tesi sul Restaurant Marketing. La passione per la cucina l'ha portato ad avviare, con il fratello Salvatore, il progetto Berberè, aprendo una prima pizzeria a Castel Maggiore (Bologna), a cui si è affiancata, dopo pochi anni, la gestione del ristorante Alce Nero Berberè, a Bologna, dove la creatività di Matteo si coniuga con l'esperienza di produzione artigianale di questo marchio. Negli ultimi due anni hanno aperto i battenti altri due locali, a Firenze e a Torino.
www.berberepizza.it



Pizza con pomodorini, burrata e cipolle di Tropea pag. 46

Rielaborare il piatto pop nazionale valorizzandone l'artigianalità e l'eccellenza qualitativa, questo lo scopo che si è proposto Matteo quando ha aperto la sua prima pizzeria: una "mission" possibile solo per chi ci crede fermamente. La ricerca meticolosa su farine, fermentazione, topping, metodi di cottura e proprietà nutrizionali e le conoscenze tecniche maturate anche presso ristoranti di grande prestigio come il Joia di Pietro Leeman e il Noma di Renè Redzepi, sono stati il trampolino di lancio dei suoi locali. Qui si sfornano pizze light e slow, cioè fatte artigianalmente con solo lievito madre e fermentazione a 26° per 24 ore, che le rende sane e digeribili. La cottura di pochi minuti nel forno a legna, le guarnizioni freschissime, rispettose della stagionalità, e un servizio con formula "menu condivisione" (tanti spicchi da gustare a scottadito, e condividere con gli amici) sono il valore aggiunto delle pizze Berberè.



1

COME SI PREPARA L'IMPASTO BASE
Mettete sulla spianatoia 1 kg di farina bianca tipo 1, fate la fontana, unite 750 g di acqua, 20 g di sale e 100 g di lievito madre rinfrescato (vedi riquadro a pag. 48). Impastate il tutto, lavorate la pasta energicamente e lasciatela lievitare a temperatura ambiente per 4-6 ore. Gli impasti preparati con il lievito madre sono poco codificabili, serve tanta esperienza. Matteo suggerisce di provare più volte la ricetta finché non si è soddisfatti.



4



2



3



5



6



7



8

PIZZA CON POMODORINI, BURRATA E CIPOLLA DI TROPEA

INGREDIENTI PER 1 PIZZA
280 g di impasto base (vedi sopra) - poca semola - 100 g di mozzarella fiordilatte - 100 g di burrata - 100 g di pomodorini datterini - 1 cipolla di Tropea - 4 foglie di basilico - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Prendete l'impasto, cospargetelo di semola e allargatelo con le mani.
● **2** Stendetelo sulla spianatoia dandogli forma rotonda e mantenendo il bordo un po' alto.
● **3** Sistematelo in una teglia del diametro di 30 cm, precedentemente unta di olio, copritelo con pellicola e lasciatelo lievitare per circa un'ora.
● **4** Tagliate la mozzarella a cubetti, distribuitelo sulla pizza cruda e infornate a 220° per 15 minuti.
● **5** Rompete la burrata in una ciotola spezzettandola prima con le mani poi con un cucchiaio.
● **6** Tagliate i pomodorini a pezzetti, raccoglieteli in una ciotola, unite qualche foglia di basilico e condite con un pizzico di sale e un fllo di olio.
● **7** Affettate la cipolla e immergetela in una ciotola piena di acqua fredda.
● **8** A cottura ultimata sfornate la pizza, sistematela su un tagliere e tagliatela a spicchi.
● **9** Con un cucchiaio distribuite sui tranci di pizza la burrata, i pomodorini scolati dal loro condimento. Completate con la cipolla, e un giro di olio.

9



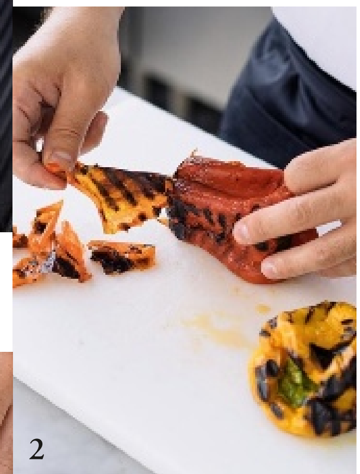
PIZZA CON PEPERONI ARROSTITI, PATATE E ROBIOLA DI ROCCAVERANO

INGREDIENTI PER 1 PIZZA
280 g di impasto base (vedi accanto) - poca semola - 80 g di robiola - 100 g di mozzarella fiordilatte - 100 g di peperoni - 50 g di patate sbucciate - 10 g di foglie di menta - 1 rametto di rosmarino - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Stendete l'impasto, sistematelo nella teglia e lasciatelo lievitare come detto nella ricetta precedente ai punti 1-2-3. Lavate i peperoni, asciugateli e arrostiteli interi su una piastra ben calda.
- **2** Lasciateli intiepidire, quindi pelateli.
- **3** Apriteli con un coltello, eliminate i semi e le nervature interne, quindi tagliateli a strisce e conditeli con un filo di olio e un pizzico di sale.
- **4** Tagliate le patate prima a fette di 1 cm, poi a cubetti.
- **5** Distribuite i cubetti di patata in una teglia unta di olio e conditeli con olio, sale e rosmarino.
- **6** Introducete la teglia in forno già caldo a 180° e cuocete le patate per 12-15 minuti; sfornatele ben cotte e dorate.
- **7** Distribuite la mozzarella sulla pasta lievitata e infornate a 220° per 15 minuti. Sfornatela e sistematevi sopra le patate, tagliatela a spicchi, distribuitevi i peperoni e la robiola e terminate con un giro di olio che avrete profumato con le foglie di menta.




1


2


3


4


6


5


7

PIZZA CON SALSICCIA DI POLLO CETRIOLI E TZATZIKI

INGREDIENTI PER 1 PIZZA
280 g di impasto base (vedi pag. 46 - 80 g di mozzarella fiordilatte - 100 g di yogurt greco - 2 cetrioli - 5 g di aceto di vino bianco -1 spicchio di aglio - 1 g di zucchero - 1/2 limone - 1 manciata di prezzemolo - 100 g di salsiccia di pollo allevato a terra - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Stendete l'impasto nella teglia e fatelo lievitare come detto nella ricetta a pag. 46 ai punti 1-2-3. Distribuitevi sopra la mozzarella tritata e la salsiccia spezzettata e cuocetela in forno a 220° per 15 minuti.
- **2** Tritate finemente l'aglio e il prezzemolo.
- **3** Preparate lo tzatziki: riunite in una ciotola lo yogurt, l'aceto, lo zucchero, il trito di aglio e prezzemolo e il succo di limone, amalgamate il tutto con una frustina.
- **4** Sbucciate i cetrioli con un pelapatate.
- **5** Grattugiateli con la grattugia a fori grossi, metteteli in una ciotola e conditeli con sale e olio.
- **6** Sfornate la pizza, tagliatela a spicchi e guarnitela con la salsa e i cetrioli grattugiati.




1


2


4


3


5


6

COME SI RINFRESCA IL LIEVITO MADRE

Mettete nella ciotola della planetaria 200 g di lievito madre, unite 200 g di farina e 100 g di acqua; mettete in funzione l'apparecchio per 3-4 minuti, fino a ottenere una pasta omogenea. Formate una palla, praticate sulla superficie un'incisione a croce, trasferitela in una ciotola in cui avrete sistemato un telo, copritela con i lembi che sbordano e lasciatela lievitare per 3-4 ore, finché si sarà gonfiata. Da questo impasto prelevate la quantità di lievito madre necessaria per fare la pizza e rimettere al fresco il resto.









Dimmidisì
PAUSA PRANZO? SÌ
Dimmidisì...
...al Piatto unico
Insalatona
• Grana Padano • olive • crostini
Per me
pausa pranzo molto pratica
Ingredienti separati, Freschezza garantita
OLIO D'OLIVA EXTRAVERGINE, SALE, CONDIMENTO BALSAMICO
con forchetta e tovagliolo
INSALATONE FRESCHE
Il PIATTO UNICO:
l'insalatona pronta... a dire *Sì* al tuo benessere!
Buona e pratica, con condimento, forchetta
e tovagliolo, da gustare dove vuoi.
prova anche
le Insalatone Benessere!
con surimi
con feta
con tonno
con prosciutto
con mozzarelline
con pollo
con pomodorini
con cranberries
con bacche di goji
nel banco frigo del reparto ortofrutta
dimmidisi.it



Tempo di peperoni

IL RE DELL'ORTO CAMBIA VESTE E SI TRASFORMA IN SORPRENDENTI PIATTI UNICI. CON PESCE, UOVA, SALUMI E FORMAGGI

a cura di Marina Cella, ricette di Alessandra Avallone con la collaborazione di Anna Montoldi, foto di Stefania Giorgi, styling di Sara Farina, scelta del vino di Sandro Sangiorgi



SFOGLIE ALLA PEPERONATA CON L'UOVO

PER 4 PERSONE
4 rotoli di pasta sfoglia rettangolare - 3 peperoni (rosso, giallo e arancione) - 5 pomodori perini maturi - 2 cipolle bianche - 1 cipolla rossa - 2 spicchi d'aglio - 2 cucchiai di capperi sott'aceto - 8 filetti di acciuga - 5 uova - olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero

● **1** Affettate a spicchi non troppo sottili le cipolle, tritate l'aglio e soffriggeteli in padella con 2 cucchiai d'olio e un pizzico di sale. Quando sono dorati unite i peperoni e i pomodori tagliati a pezzetti, salate e cuocete a fuoco moderato per 15 minuti. La peperonata deve essere densa e glassata.
● **2** Ricavate dalle 4 sfoglie 4 quadrati di 18-20 cm di lato (potete usare i ritagli di pasta per fagottini ripieni o altro), spennellate i bordi con un tuorlo, coprite con la peperonata e fate dorare in forno a 220° per 10 minuti. Togliete le sfoglie dal forno, unite i capperi e le acciughe e infornate per altri 5 minuti a 180°.
● **3** Nel frattempo, preparate le 4 uova rimaste all'occhio di bue e disponetele, ben calde, sulle sfoglie appena sfornate. Completate con una macinata di pepe e servite.

FACILE ● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **475 cal/porz.**

Piatto frutta Serax, tovagliolo La Fabbrica del Lino, forchetta KnIndustrie. Nella pagina accanto: grembiule Once Milano, bracciale con tessuto giapponese Sen. Indirizzi a pagina 6



PEPERONI VERDI FARCITI AI GAMBERI

PER 4 PERSONE
4 peperoni corno verdi - 350 g di code di gambero - 150 g di formaggio fresco di capra - 60 g di scamorza - 50 g di pangrattato - 2 spicchi d'aglio - 1 mazzetto di basilico - 1/2 peperoncino piccante verde - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Tagliate longitudinalmente i peperoni ed eliminate i semi e i filamenti. Quindi ungeteli d'olio, disponeteli in una teglia ricoperta di carta da forno e infornateli a 200°per 15 minuti.
● **2** Sgusciate le code di gambero e tritatele grossolanamente. Quindi saltatele in padella per 5 minuti con 2 cucchiai di olio, l'aglio e il peperoncino tritati e un pizzico di sale; toglietele dal fuoco e lasciatele raffreddare.
● **3** In una ciotola mescolate i gamberi preparati con il formaggio di capra, la scamorza grattugiata e il basilico tritato. Farcite i peperoni con il composto di gamberi e formaggio, spolverizzateli con il pangrattato e gratinateli in forno a 200° per 10 minuti.

FACILE ● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **355 cal/porz.**



SALSA ALLA BRACE TUTTO FARE

PER 4 PERSONE
600 g di peperoni rossi - 2 falde di peperone giallo - 1 cipollotto rosso di Tropea - 1 peperoncino verde piccante - il succo di 2 lime - 1 cucchiaino di aceto balsamico - qualche ramo di cerfoglio (o coriandolo fresco) - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Arrostite i peperoni rossi sulla griglia o sotto il grill, quando sono abbrustoliti fateli raffreddare in un sacchetto di carta, quindi spellateli ed eliminate semi e piccioli. Passateli al mixer tritandoli non troppo finemente, poi salateli.
● **2** Tritate grossolanamente il peperone giallo, quello verde piccante, il cipollotto e il cerfoglio; salate leggermente il trito, conditelo con una spruzzata di succo lime e unitelo ai peperoni preparati mescolando. Completate la salsa con l'aceto balsamico, 2 cucchiai di olio e il succo di lime rimasto e trasferitela in un vasetto di vetro di circa 4 dl. La salsa si conserva 2-3 giorni in frigorifero coperta con un filo d'olio ed è molto versatile. Servitela con una carne fredda, accompagnata da crostini o nachos, e da una salsa di formaggio fresco o panna acida. Oppure usatela per condire un'insalata di polpo e patate insolita; per farcire le friselle o una piadina con la robiola.

FACILE ● **Preparazione 15 minuti** + riposo ● **Cottura10 minuti** ● **3800 cal/1 vasetto**

Piatto ovale fatto a mano Forme di Farina, tovagliolo da JVstore Jannelli&Volpi. Nella pagina accanto: sgabello Katrin Arens, runner Once Milano, piatto fatto a mano di Forme di Farina. Indirizzi a pagina 6



Runner Once Milano, piatto fatto a mano Forme di Farina, teglia Staub, forchetta Mepra. Nella pagina accanto: sgabello Katrin Arens, piatto fatto a mano Forme di Farina, ciotola Serax. Indirizzi a pagina 6

PARMIGIANA AL PROSCIUTTO, PROVOLA E AROMI

PER 4 PERSONE

6 peperoni corno rossi lunghi - 100 g di prosciutto cotto in una sola fetta - 200 g di provola dolce - 100 g di pane secco grattugiato - 2 spicchi di aglio nuovo - 1 mazzetto di prezzemolo, timo e origano - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Cuocete i peperoni in acqua bollente salata per 10-15 minuti, scolateli e lasciateli intiepidire. Spellateli, eliminate piccioli e semi e tagliateli a larghe falde. Tostate leggermente il pane grattugiato in una padella antiaderente.
● **2** Tritate finemente una manciata di erbe aromatiche con l'aglio sbucciato, mescolateli al pane preparato e salate. Tagliate a dadini il prosciutto e affettate sottilmente la provola. Disponete in una pirofila i peperoni a strati, cospargendoli di pane grattugiato alle erbe e alternandoli con il prosciutto e il formaggio, fino ad esaurirli. Condite l'ultimo strato con un filo d'olio e il pane grattugiato rimasto. Infornate la parmigiana a 180° per 15 minuti a teglia coperta, scoprite e cuocete per altri 15 minuti. Lasciate raffreddare leggermente prima di servire.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 45 minuti ● 395 cal/porz.



MINI PEPERONI FARCITI CON CARNE E PROSCIUTTO

PER 4 PERSONE
16 mini peperoni colorati - 300 g di carne di manzo macinata - 4 cucchiai di grana padano o pecorino romano grattugiato - 8 fette di prosciutto crudo - 1 piccolo cipollotto - 1 cucchiaio di capperi - 2 cucchiai di erbe fresche tritate (timo, origano e menta) - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Tagliate in senso longitudinale i peperoni ed eliminate i semi e i filamenti. In una ciotola mescolate la carne con il cipollotto (compresa la parte verde), i capperi e le erbe tritati; aggiungete il formaggio, salate se necessario e amalgamate bene gli ingredienti del ripieno.
● **2** Riempite i mezzi peperoni con una grossa noce di ripieno e avvolgete ciascuno in mezza fetta di prosciutto. Rosolateli in padella con un cucchiaio di olio per 5 minuti, girandoli spesso in modo che cuociano e si colorino uniformemente. Serviteli caldi e croccanti.

FACILE ● **Preparazione 15 minuti** ● **Cottura 5 minuti** ● **210 cal/porz.**

BERE GIUSTO

Il Sauvignon è un bianco da peperoni, per la sua piccante carnalità e per l'ampiezza gustativa che accolgono sia la dolcezza dei gamberi sia la sostanza sapida del baccalà. Affidiamo parmigiana e peperoni farciti a un sanguigno Nero d'Avola siracusano, la cui esuberanza sfida quella delle ricette. Preferiamo un approccio più cauto per salvaguardare la soavità cremosa delle sfoglie e scegliamo il Tocai Rosso dei Colli Berici.

TORTA SALATA ALLA PAPRICA CON IL BACCALÀ

Runner Linum, tagliere Inulivo. Indirizzi a pagina 6

PER 6 PERSONE
per la pasta: 350 g di farina - 5 g di lievito di birra disidratato - 1 dl di olio extravergine d'oliva - 1 cucchiaino di paprica dolce affumicata - sale
per il ripieno: 1 grossa cipolla bianca fresca - 250 g di baccalà dissalato - 2 spicchi d'aglio - 2 cucchiai di vino bianco - 2 grossi perini maturi - 2 peperoni rossi - 2 peperoni verdi - 100 g di olive nere denocciolate

● **1** Intiepidite l'olio e stemperatevi la paprica. Sciogliete un cucchiaino di sale in 1 dl di acqua. Mescolate la farina con il lievito, incorporate l'olio speziato, l'acqua e lavorate fino a ottenere un impasto liscio. Copritelo con la pellicola e fate riposare per 20 minuti.
● **2** Mondate la cipolla e i peperoni e tagliateli a dadini, saltateli in padella con 3 cucchiai d'olio e l'aglio schiacciato, salateli e, quando sono teneri, spostateli su un lato della padella. Aggiungete un filo d'olio, il baccalà a dadini e cuocetelo spruzzandolo con il vino. Unite i perini tritati, le olive, mescolate e cuocete ancora per 10 minuti. Trasferite il ripieno in un colino per eliminare l'acqua in eccesso e regolate di sale.
● **3** Dividete la pasta in 2 parti di cui una più piccola, e stendetele in 2 dischi. Con il più grande rivestite 1 stampo da crostata con il fondo amovibile di 26 cm, lasciando fuoriuscire la pasta in eccesso, e riempitelo con il ripieno. Coprite con il secondo disco, fatelo aderire all'altro lungo i bordi, tagliate l'eccesso di pasta (tranne 1 cm), stendetela e ricavate tante striscioline da disporre a griglia sulla superficie. Pizzicate i bordi e arrotolateli insieme sigillando la torta. Cuocetela a 180° per 40 minuti e servitela tiepida.

FACILE ● Preparazione 30 minuti + riposo ● Cottura 1 ora ● 490 cal/porz.





Fughe letterarie

BREVE TOUR NEI LUOGHI CHE HANNO ISPIRATO POETI E SCRITTORI, TRA PAESAGGI MAGICI E BORGHI RIMASTI INTATTI NEL TEMPO

di Paola Mancuso, ricette di Claudia Compagni, foto di Felice Scoccimarro, styling di Stefania Aledi









Dall'alto: i "calanchi" nei dintorni di Aliano (Matera), paese di confino di Carlo Levi; Anversa (L'Aquila), tra i Borghi più Belli d'Italia, dove D'Annunzio ha ambientato una delle sue tragedie; il tratto di costa triestina che ha ispirato Rilke: oggi il sentiero porta il suo nome.



Peperoni ripieni
pag. 60

Ci sono località poco conosciute, inserite in contesti paesaggistici straordinari, tanto da ispirare importanti opere letterarie. Per appassionati e curiosi, conoscere i luoghi di vita e i panorami descritti da autori famosi significa poterne rivivere suggestioni ed emozioni, cogliendone l'essenza più autentica. Come il grido di sgomento di fronte alla vastità dell'universo con cui Rainer Maria Rilke, tra i maggiori poeti tedeschi del Novecento, inizia le sue "Elegie Duinesi". Versi nati durante il soggiorno al castello di Duino, sul golfo di Trieste: un lembo di terra sospeso tra la sorridente natura mediterranea e l'asprezza delle rocce carsiche. Il sentiero che oggi porta il nome di Rilke è una terrazza naturale che si snoda a picco sul mare, regalando colpi d'occhio di grande bellezza; con una facile camminata di meno di 2 km, da Sistiana si arriva allo storico castello di Duino, aperto alle visite.

> *continua a pag. 61*


Ciambotta con salsiccia

PEPERONI RIPIENI (ANVERSA - L'AQUILA))

PER 4 PERSONE
5 peperoni rossi e gialli, della tipologia Quadrato - 150 g di mollica di pane fresco - 1 spicchio d'aglio - 1 mazzetto di prezzemolo - 6/7 foglie di basilico - 30 g di pecorino stagionato - 2 uova - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Lavate i peperoni e asciugateli. Tagliate da 4 peperoni la calottina con il picciolo e tenetela da parte; eliminate i semi e i filamenti e salate leggermente l'interno. Mondate il peperone rimasto e riducete la polpa a dadini.
● **2** Scaldate 4 cucchiai d'olio in una padella antiaderente, unite la dadolata di peperone e una presa di sale e cuocete per 7-8 minuti su fiamma bassa. Fuori dal fuoco, unite la mollica di pane bagnata in acqua e strizzata, il pecorino, le uova, una manciata di foglie di prezzemolo e le foglie di basilico lavate e tritate, una presa di sale e l'aglio sbucciato e tritato fine. Mescolate bene.
● **3** Farcite i peperoni attraverso l'apertura creata, chiudeteli con le calottine e trasferiteli su una teglia rivestita con carta da forno. Conditeli con 4-5 cucchiai d'olio e cuoceteli nel forno già caldo a 180° per 30 minuti.

MEDIA
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 40 minuti** ● **Cal/porzione 350**

CIAMBOTTA CON SALSICCIA (ALIANO - MATERA)

PER 4 PERSONE
400 g di melanzane - 500 g di peperoni rossi e gialli - 500 g di pomodori ramati - 100 g di salsiccia stagionata - 1 mazzetto di prezzemolo - 1 spicchio d'aglio - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Lavate e mondate le melanzane e i peperoni, poi riducete le prime a fettine e i peperoni a tocchetti. Scottate i pomodori in acqua bollente per pochi istanti, scolateli, pelateli, eliminate i semi e spezzettatene la polpa.
● **2** Scaldate 4-5 cucchiai d'olio in una padella antiaderente, fatevi dorare l'aglio sbucciato, poi eliminatelo. Unite i peperoni, le melanzane e la salsiccia spellata e tagliata a fettine; rosolate il tutto per 5 minuti.
● **3** Aggiungete infine i pomodori, una presa di sale e proseguite la cottura per 20 minuti. Cospargete con una manciata di foglie di prezzemolo pulite e tritate e servite.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti** ● **Cottura 35 minuti** ● **Cal/porzione 275**

SCAMPI ALLA BUSARA (TRIESTE)

PER 4 PERSONE
1 kg di scampi - 1 cipolla bionda - 2 spicchi d'aglio - 1/2 bicchiere di vino bianco secco - 500 g di pomodori perini - 1 mazzetto di prezzemolo - 40 g di pangrattato - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Scottate i pomodori in acqua in ebollizione per pochi secondi; scolateli, pelateli, eliminate i semi interni e passate la polpa attraverso un passaverdura montato con il disco a fori fini. Sciacquate gli scampi sotto l'acqua fredda corrente.
● **2** Sbucciate la cipolla e tritatela. Scaldate 4-5 cucchiai d'olio, unite la cipolla e gli spicchi d'aglio sbucciati e schiacciati, lasciateli dorare su fiamma bassa ed eliminateli. Aggiungete gli scampi, cuoceteli per 2-3 minuti, salate e levateli dal fondo di cottura. Bagnate con il vino, fatelo evaporare, quindi aggiungete il passato di pomodori preparato, regolate di sale e cuocete 10 minuti.
● **3** Unite nuovamente gli scampi e cuoceteli per 2 minuti; cospargete con il pangrattato e completate con una macinata di pepe e una manciata di foglie di prezzemolo tritate fini.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti**
● **Cottura 20 minuti** ● **Cal/porzione 265**

PER SAPERNE DI PIÙ

Sentiero Rilke
www.castellodiduino.it
www.trieste.com

Gole del Sagittario
www.comune.anversa.aq.it
www.parchiletterari.com/parchi/dannunzio/

Aliano
www.parcolevi.it



In queste pagine: cornici, tavoli e sedie in ferro battuto Chantal Delorme; libri antichi e posate 100Fa Vintage Milano; tovaglia e tovagliolo La Fabbrica del Lino; bicchieri Bormioli Rocco e Tognana serie Progetto; ciotola e piatto Virginia Casa; ciotolino Rina Menardi; piatto Stamperia Bertozzi. Indirizzi a pagina 6

Scampi alla busara

> segue da pag. 59

Rilke non è stato l'unico ospite illustre dei principi Thurm und Taxis, proprietari del castello. Vi soggiornarono anche Gabriele D'Annunzio e la Duse, ma altri sono stati i paesaggi che hanno ispirato il Vate. Tra questi, il borgo di Anversa, in Abruzzo, sua terra d'origine, dove ha ambientato "La fiaccola sotto il moggio", che lui stesso definì "la perfetta delle mie tragedie". Dall'alto di uno sperone, il paese sovrasta le Gole del Sagittario - "il fiume spumoso" – un canyon che si snoda tra alte pareti di roccia calcarea che per la sua suggestione ha ispirato anche l'immaginifico artista M.C. Escher (in mostra al Palazzo Reale di Milano fino a gennaio). L'area di 450 ettari, dove sono state avvistati anche i l lupo e l'orso marsicano, è protetta come oasi Wwf e Riserva Naturale regionale e si organizzano escursioni guidate. Più a sud, in Basilicata, si trova un altro piccolo paese diventato famoso per avere ispirato Carlo Levi, lì confinato negli anni Trenta. L'antico mondo contadino di Aliano (Gagliano nel libro) e le vicissitudini dei suoi abitanti sono tutti descritti in "Cristo si è fermato ad Eboli", tra i pilastri della nostra letteratura. Tra le tappe delle visite guidate nel paese, oggi nel circuito Parchi letterari, da non perdere i dipinti originali di Levi e la mostra fotografica permanente alla Pinacoteca.

Pesce crudo

A CARPACCIO O IN TARTARE, MARINATO O SOLTANTO CONDITO, CONSENTE DI APPREZZARE TUTTA LA NATURALE, CRISTALLINA, SUCCOSA INTENSITÀ DI UN BOCCONE DI MARE

a cura di Daniela Falsitta, ricette di Alessandra Avallone, foto di Adriano Brusaferri, styling di Alessandro Pasinelli Studio



Spada marinato ai pomodori secchi e salsa di pistacchi

pag. 84



CRUDO DI ACCIUGA CON CETRIOLI MARINATI E CUSCUS

PER 4 PERSONE
20 acciughe trattate per l'uso a crudo - 1 cetriolo - 1 cucchiaino di zucchero di canna - 4 cucchiai di aceto di mele - 150 g di cuscus precotto - 2 cucchiai di sesamo - 1 mazzetto di aneto fresco - il succo di un'arancia - il succo di un limone - olio extravergine d'oliva - sale grosso - pepe macinato al momento

● **1** Pulite le acciughe eliminando la testa e la coda, apritele a libro e staccate la lisca centrale, lavatele, asciugatele e cospargetele di sale grosso. Dopo 10 minuti sciacquatele dal sale e asciugatele nuovamente, quindi conditele con pepe e olio e mettetele in frigo.
● **2** Sbucciate il cetriolo e tagliatelo a bastoncini, fatelo marinare con un po' di sale, lo zucchero e l'aceto per 10 minuti. Preparate il cuscus come indicato sulla confezione. Quando è ben gonfio sgranatelo con le mani e conditelo con il succo di mezzo limone.
● **3** Tostate il sesamo in un padellino senza grassi, quando profuma spegnete e unitelo al cuscus insieme a un trito abbondante di aneto. Distribuite i cetrioli nelle ciotole individuali, appoggiatevi sopra le acciughe, conditele con il succo di limone rimasto e con il succo dell'arancia, regolate di sale e servite con il cuscus di accompagnamento.

FACILE
● Preparazione 25 minuti ● Cottura nessuna ● 315 cal/porzione

Ciotola e piattino tondo di Shop Saman, piattino ovale di Asa Selection distr. da Merito. Nella pagina accanto: piastrella di Made a Mano, ciotola di Asa Selection distr. da Merito, piatto di Shop Saman. Indirizzi a pagina 6



CRUDO DI SCORFANO CON LE FAVE DI LEONFORTE

PER 4 PERSONE
1 filetto di scorfano (circa 400 g) trattato per l'utilizzo a crudo - 1 arancia non trattata - finocchietto selvatico - 250 g di fave di Leonforte secche con la buccia - 1 carota - 1 cipolla bianca - 1 spicchio d'aglio - 1 costola di sedano - 2 cucchiai di sherry - olio extravergine d'oliva - sale - pepe verde

● **1** Cuocete le fave in una casseruola d'acqua con la carota, il sedano, la cipolla, l'aglio e qualche gambo di finocchietto. Quando sono tenere (ci vorranno circa 2 ore di cottura) spegnete, salate e lasciate raffreddare. Scolatele e conditele con un filo d'olio extravergine d'oliva.
● **2** Sbucciate al vivo metà arancia e spremete il succo dell'altra metà, prelevate 2 strisce di scorza e tagliatela a julienne. Tagliate lo scorfano a fettine non troppo sottili, mettetele in un piatto con il succo di arancia, qualche cucchiaio d'olio, il finocchietto tritato e lo sherry. Lasciate riposare al fresco per 1 ora.
● **3** Suddividete il pesce nei piatti, unite le fave, la scorza e gli spicchi d'arancia. Salate e completate con il pepe verde un momento prima di servire.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 2 ore** ● **360 cal/porzione**

SPADA MARINATO AI POMODORI SECCHI E SALSA DI PISTACCHI

PER 4 PERSONE
300 g di spada freschissimo, senza parti sanguigne trattato per l'uso a crudo - il succo di 2 limoni - 1/2 spicchio d'aglio - 1/2 cucchiaino di scorza di limone grattugiata - 1 pomodoro maturo - 30 g di pistacchi - 4 pomodori secchi - qualche ramo di finocchietto selvatico - 8 foglie di basilico - olio extravergine d'oliva - sale - pepe macinato al momento

● **1** Sfregate una ciotola con l'aglio, versatevi il succo di limone e 2 prese di sale. Tagliate a dadini il pesce e mettetelo nella ciotola con il condimento preparato, mescolate e conservate in frigorifero 15 minuti.
● **2** Intanto tagliate a julienne un pomodoro secco. Tagliate a dadini molto piccoli il pomodoro fresco, salatelo, aggiungete i pomodori secchi rimasti tritati grossolanamente, i pistacchi sbucciati e tritati, il basilico tritato, condite con la scorza di limone grattugiata finemente e 2-3 cucchiai d'olio, mescolate e fate riposare 10 minuti.
● **3** Scolate il pesce dalla marinata, distribuitelo nei piatti, conditelo con olio, pepe e foglioline di finocchietto selvatico. Servite con la salsa a parte e, se vi piace, pane ai cereali.

FACILE
● **Preparazione 10 minuti + riposo**
● **Cottura nessuna**
● **205 cal/porzione**



Piastrella di Made a Mano, piatto in vendita da Funky Table, ciotola di Quattro Stagioni - Bormioli Rocco, tovagliolo di Society.
Indirizzi a pagina 6

GAMBERI ROSSI CON CONDITELLA MEDITERRANEA

PER 4 PERSONE

24 gamberi rossi di Santa Margherita o mazzancolle trattate per l'utilizzo a crudo - 1 limone grande dolce - 2 pomodori maturi - 80 g di olive taggiasche snocciolate - basilico greco - 1/2 cucchiaio di semi di finocchio - 1 cucchiaio di capperi sotto sale - paprica dolce in polvere - 1 spicchio d'aglio - 2 fette di pane raffermo ma non secco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe in grani

● **1** Tostate le fette di pane e, quando sono ancora calde, sfregatele leggermente con l'aglio e tagliatele a dadini. Conditele con un filo d'olio.
● **2** Tagliate il pomodoro a dadini, salateli e fateli scolare su una ciotola. Raccogliete il liquido, mescolatelo con il succo del limone, regolate di sale e aggiungete un cucchiaio d'olio. Tostate i semi di finocchio e quando sono fragranti pestateli in un mortaio con qualche grano di pepe.
● **3** Mescolate i pomodori con le foglie di basilico greco, le olive a pezzetti, 2 prese di semi di finocchio e 2 di paprica, aggiungete 2 o 3 cucchiai d'olio. Tritate i capperi leggermente dissalati ed essiccateli in forno a 80° per pochi minuti.
● **4** Condite i gamberoni con i capperi secchi, un filo d'olio e un poco del succo di pomodoro con il limone. Versate il resto del liquido sulla conditella di pomodoro e incorporate il pane. Servite i gamberi con la conditella e pepate.

FACILE
● **Preparazione 40 minuti** ● **Cottura 5 minuti** ● **225 cal/porzione**



CARPACCIO DI BACCALÀ CON SALAME PICCANTE, OLIO AL PORRO E INSALATA RICCIA

PER 4 PERSONE

400 g di baccalà dissalato tagliato a carpaccio - 1/2 porro - 1 limone - aceto di Sherry - un cuore di lattuga - 6 fettine di salame piccante - 2 falde di peperone rosso - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Mescolate il succo di limone con 2 cucchiai di aceto e un pizzico di sale, Disponete le fettine di baccalà sui piatti e spennellatele con la miscela. Lasciate riposare al fresco mentre preparate la guarnizione.
● **2** Mondate e tagliate a dadini i peperoni e uniteli al salame a cubetti e al cuore di insalata spezzettato. Tagliate il porro a julienne, mettetelo in una casseruola con 1/2 bicchiere d'olio, cuocete a fuoco dolce finché l'olio sarà molto profumato. Filtratelo conservando una parte del porro e fate raffreddare.
● **3** Distribuite il porro conservato sul baccalà. Condite il mix di peperoni con un po' dell'olio profumato, disponetelo sul pesce, aggiungete un altro filo d'olio e pepate. Se vi piace, servite con pane casereccio e decorate con fiorellini d'aglio.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 10 minuti** ● **260 cal/porzione**





CRUDO DI SEPPIE CON LIMONI SOTT'OLIO

PER 6 PERSONE
4 seppie medie pulite trattate per l'utilizzo a crudo - 4 limoni piccoli non trattati - 1 cucchiaino di paprica in polvere - olio extravergine d'oliva delicato - fette di pane - fior di sale

● **1** Preparate i limoni qualche giorno prima: spazzolateli bene sotto l'acqua, tagliateli in piccoli spicchi e trasferiteli in un piatto, cospargeteli generosamente di sale e lasciateli scolare tutta la notte inclinando il piatto sull'angolo del lavandino.
● **2** Il giorno successivo disponete i limoni in un barattolo a chiusura ermetica alternando gli strati con la paprica in polvere, coprite d'olio, chiudete e lasciate maturare minimo tre giorni e massimo una settimana in un luogo fresco.
● **3** Lavate e asciugate le seppie, tagliatele a striscioline sottili come tagliatelle. Conditele con il sale e l'olio di conservazione dei limoni e servitele accompagnandole con i limoni stessi e alcune fette di pane croccante.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti + riposo**
● **Cottura nessuna** ● **110 cal/porzione**

Ciotola in vendita da Funky Table, piatto di Shop Saman. Nella pagina accanto: piastrella di Made a Mano, piatto di Bormioli Rocco, posata di Zara Home. Indirizzi a pagina 6

SENZA GLUTINE

RICETTE DA CHEF IN POCHI MINUTI?

Facile con i Preparati per Salsa Cannamela.



Dall'esperienza Cannamela nel mondo dei sapori, ecco i nuovi Preparati per Salsa, ideali per preparare in padella in pochi minuti deliziosi piatti da chef. Tante ricette veloci e appetitose, senza conservanti, senza glutammato aggiunto e senza glutine.

Preparare gustosi piatti da chef non è mai stato così facile e veloce.



www.cannamela.it

CANNAMELA. IL REGNO DEI SAPORI

Bianchi & crudité

TUTTO IL SAPORE DEL MARE È RACCHIUSO NEI DELICATI PESCI CRUDI, MARINATI O AL NATURALE. DA GUSTARE CON VINI BIANCHI, POCO ALCOLICI, PROFUMATI E AVVOLGENTI

di Sandro Sangiorgi, a cura di Monica Pilotto

BRINDANDO ALL'ESTATE

Accostare il vino al pesce crudo comporta difficoltà diverse rispetto a quello cotto. Per esempio, non c'è da temere l'effetto metallico, ricorrente soprattutto nelle preparazioni alla griglia e al forno, mentre può essere complicato affrontare le marinature dal gusto agro. La parte più semplice, forse, è vedersela con crudità di mare non condite – al massimo un velo di olio extravergine o un brevissimo passaggio nella salsa di soia – dove vanno spesi bianchi poco alcolici e neanche troppo acidi, vini sottili in grado di fondersi col cibo e dare un pizzico di respiro alla bocca prima del boccone successivo. Sulla delicatezza del pesce bianco e dei molluschi come i calamari funziona il Gavi, la soave grassezza del salmone e delle alici richiede l'incisività della Vernaccia di San Gimignano, la fibra tesa dello spada e del tonno evoca la matura gradualità di un Inzolia, la tenera sensualità dei gamberi vuole la custodia di un luminoso bianco della Costiera Amalfitana.

CON I PESCI MARINATI

Quando entrano in gioco le marinature con gli agrumi, vanno considerate alcune variabili. In primo luogo, se si usa il limone e il tempo di contatto col pesce supera i venti minuti, il vino incontra nel cibo un soggetto che ricalca le sue caratteristiche di freschezza e lo rende quasi superfluo. Arance, lime, cedro e, in generale, una marinatura che resta entro i dieci-quindici minuti, evitano al liquido odoroso l'imbarazzo di una sovrapposizione e, anzi, offrono delle interessanti opportunità per servire vini che di solito non frequentano le tavole di mare. Pensiamo ai rosati a base di vitigni mediterranei, uno di questi è il Nero d'Avola, e ad alcuni bianchi aromatici dal temperamento nordico, come il Riesling dal lieve residuo zuccherino; ma sono le specialità dal sapore secco e dal generoso calore alcolico, leggi Grillo di della Sicilia occidentale, che possono attenuare la pungenza degli aceti o degli agrumi e far emergere la veracità della materia prima.





SAUVIGNON
Az. Agr. Il Carpino, San Floriano del Collio (GO), 0481 884097, 19 €.
Il baccalà e il vitigno selvaggio sono in sintonia in virtù di una complementare sapidità; in particolare se il Sauvignon proviene dal Collio, territorio che dona bianchi profumati e avvolgenti, da spendere se ci sono "intrusi" come il salame piccante e l'insalata riccia (pag. 66).

CILIEGIOLO ROSATO
Soc. Agr.Bisson, Chiavari (GE), 0185 314462, 8 €.
Sfruttiamo la rara situazione di un vitigno "di terra" che, per una volta, si misura su un territorio vicino al mare, dal quale trae l'odorosa influenza iodata e una struttura meno serrata, tanto da renderlo magnifico sui gamberi e sulla loro salsa (pag. 65 e 64).

GRILLO LE ROCCE DI PIETRA
Cooperativa Sociale Onlus Centopassi, San Cipirello (PA) 091 8577655, 11,50 €.
La grassezza nobile delle acciughe e la croccante combinazione tra scorfano e fave richiamano alla memoria bianchi meridionali vinificati senza le bucce, asciutti, lunghi, contraddistinti da una solarità calma e profonda, perfetta anche sull'elasticità quasi impalpabile delle seppie (pag. 63, 67 e 64).

MOSCATO SECCO 'A CENGIA
Ca' Lustra - Zanovello, Faedo di Cinto Euganeo (PD), 0429 647724, 10 €. La ricetta più impegnativa, lo spada marinato ai pomodori secchi, tocca a questo vino veneto che ribalta le regole dell'accostamento: consuma il suo slancio odoroso e gustativo nel fatale incontro con i pistacchi, l'aglio e il basilico; in compenso lascia vivere tutto il sapore del pesce (pag. 64).

Cinema in giardino

L'ESTATE DÀ SPETTACCOLO CON TANTI SFIZI GOLOSI DA GUSTARE OPEN AIR DAVANTI A UN BUON FILM

testo di Cristiana Cassé, ricette di Daniela Malavasi, in cucina Massimiliano Celeste, foto di Cristina Galliena Bohman, servizio di Deborah Piana Agostinetti e Ottavia Borella. Scelta dei vini di Sandro Sangiorgi



Il film perfetto? Una fiaba, ma con attori in carne e ossa; piace ai grandi e rapisce i bambini. Schermo e proiettore si noleggiano facilmente online oppure possono essere un originale regalo di compleanno. Il resto viene da sé. Un menu fresco, pratico e goloso, eccitazione generale per il grande evento, coperte sull'erba, sedie, tavolini, vassoi a go-go. Organizzazione minima per un grande risultato. Ci si siede ognuno dove gli va, si mangiano cose buone, possibilmente con le mani. Sarà una serata informale, quasi un po' trasgressiva, sicuramente indimenticabile. Di quelle che restano in mente come un sogno.

> segue a pag. 73

In queste pagine: cestino in metallo, bottiglia e bicchieri in vetro e rete di ferro di KJ Collection, tessuti di Dedar e Puebco, alzate in ceramica e sughero di Asa Selection, lampada a lanterna di Serralunga. Indirizzi a pagina 6





Sullo schermo, una scena del film
Il cacciatore e la regina di ghiaccio,
la cui trama ruota intorno alle vicende
di Biancaneve. Tra gli interpreti principali
figurano Chris Hemsworth, Charlize
Theron, Emily Blunt e Jessica Chastain.



Fantasia di mini bruschette: salmone affumicato con tzaziki alla menta, peperoni con acciughe e capperi, avocado con feta al forno, pag. 76

In questa pagina: taglieri in cartone di Essent'ial, piattini bianchi Asa Selection bottigliette di KJ Collection, ciotola bianca e gialla di Maisons du Monde, canovaccio di Puebco. A destra: alzata di Asa Selection, cuscini in carta riciclata di Essent'ial, piano in marmo E.F.A. Indirizzi a pagina 6



Cheese cake con peperoni e olive, pag. 76





> *segue da pag. 70*

Il film non è ancora iniziato che dalla cucina arriva già una sinfonia di bruschette sfiziosissime. La prima celebra un'accoppiata vincente, il salmone e lo yogurt, condito quest'ultimo alla maniera greca ma con l'aggiunta della menta. La seconda è fieramente mediterranea e prevede un'insalatina di peperoni abbrustoliti con capperi e acciughe. La terza, la più insolita, riunisce in un'irresistibile cremina la feta cotta al forno, la polpa di avocado e un'ombra di paprica. Misteriosamente le tartine scompaiono e Biancaneve fa la sua comparsa in giardino. È l'ora di prendere posto per lo spettacolo e anche di assaggiare la portata successiva: uno straordinario cheese cake, con una base di taralli, burro e origano, una farcia di ricotta con peperoni, olive e fiori di cappero, e un top di peperoni in gelatina. La torta, che ha tempi di riposo piuttosto lunghi, può essere preparata il giorno prima; il che consente di essere più liberi il giorno della festa.

> *segue a pag. 74*


Fusilli al pesto di limone, pomodori e bottarga, pag. 77


Insalata di frutta e mozzarella, pag. 77


Spiedini di polpette di pollo alla menta, pag. 78

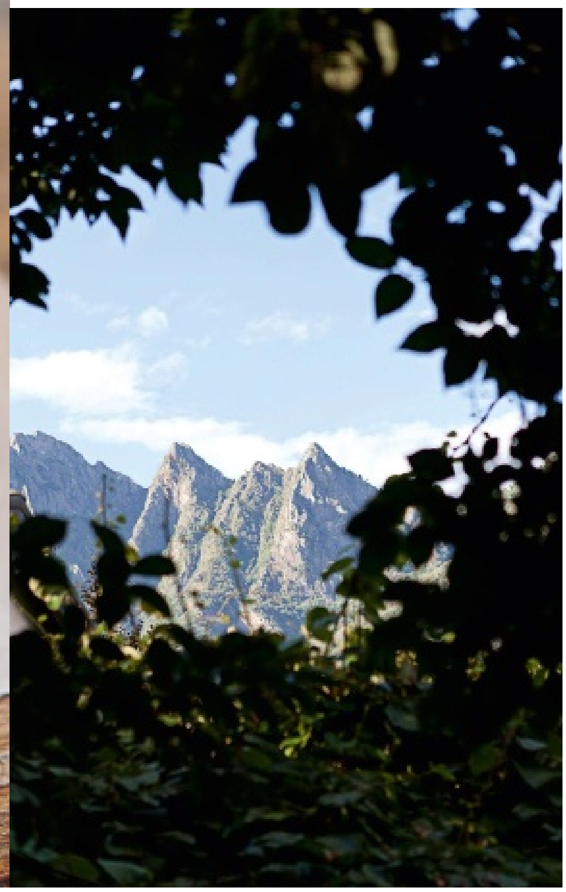
> *segue da pag. 73*

Freschissimo e profumato, il primo piatto è interpretato da una pastasciutta condita con un battuto di pomodori, scorze di limone e aromi. Da insaporire alla fine con una generosa grattata di bottarga (per i bimbi potranno essere scaglie di grana). Ora, per distrarre il palato, ecco una deliziosa insalata di anguria, melone, mozzarella e basilico, da condire con olio al peperoncino o semplicemente con un buon extravergine e sale. A seguire, le polpettine aromatiche di pollo: ai piccoli piaceranno ancora di più se al posto degli stecchini userete qualche rametto rubato (magari proprio da loro) in giardino. Biancaneve intanto è a un rendez-vous cruciale con la regina cattiva, la suspence è tesissima, ma arriva a stemperarla l'agognato dessert, una straordinaria mattonella di panna cotta con nascosti all'interno dei piccoli babà. E dopo averla assaggiata si vive davvero felici e contenti, come nei film.

SCORZETTE DI LIMONI CANDITE
Lavate 3 limoni non trattati e asciugateli. Prelevate la scorza con un pelapatate e riducetela in fiammiferi sottili. Scottateli in acqua bollente per qualche istante e fateli raffreddare in acqua ghiacciata: ripetete l'operazione per 3 volte. Preparate a fuoco dolce uno sciroppo con 2 dl di acqua e 100 g di zucchero, unite le scorzette e cuocetele per 5 minuti. Scolatele e fatele raffreddare su carta da forno.



Panna cotta al limone con mini babà e scorzette, pag. 77



BERE GIUSTO
Il Cava, spumante versatile prodotto in Catalogna, è uno dei vini più presenti sui set di tutto il mondo, proprio grazie alla sua capacità di accostarsi a materie così diverse come quelle che arricchiscono il mix di bruschette. Alla parte centrale del menu riserviamo il Verdicchio di Matelica, bianco di maggiore impatto e sostanza, emolliente sulle sensazioni piccanti, morbido sulla sapidità e paziente sulla lieve grassezza delle ricette. Sulla panna cotta, lo stesso limoncello di cui sono imbevuti i babà.



In queste pagine: forchetta e coltello di Knindustrie, piatto azzurro di Present Time, ciotolina di Giovelab, vassoio di Bitossi Home.
Indirizzi pagina 6

MINI BRUSCHETTE AL SALMONE CON TZAZIKI ALLA MENTA

PER 6 PERSONE
1 filoncino di pane - 200 g salmone affumicato a fette - 200 g di yogurt greco - 2 spicchi di aglio fresco - 3 piccoli cetrioli - 4 ravanelli - 1 mazzetto di menta e prezzemolo - 1 cucchiaino di succo di limone - 2 cucchiaio di olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sbucciate 2 cetrioli, tagliateli a pezzetti, salateli e fateli sgocciolare in un colino per 30 minuti. In una ciotola mescolate lo yogurt con 2 cucchiai di foglie di menta tritate e l'aglio sbucciato e schiacciato. Sciacquate i cetrioli, asciugateli, tritateli, uniteli allo yogurt, regolate di sale e mettete la crema in frigo.
● **2** Intanto, pulite i ravanelli, lavateli e affettateli sottilmente. Fate lo stesso con il cetriolo rimasto. Tagliate il pane a fettine e fatele tostare leggermente sotto il grill del forno.
● **3** Eliminate l'aglio dalla crema e poi spalmatela sulle bruschette. Aggiungete un po' di salmone e spennellate con l'olio e il limone emulsionati. Pepate e guarnite con una fogliolina di prezzemolo e le fettine di ravanello e cetriolo.

FACILISSIMA
● **Preparazione 20 minuti + riposo**
● **Cottura 2 minuti** ● **180 cal/porzione**

MINI BRUSCHETTE AI PEPERONI CON ACCIUGHE E CAPPERI

PER 6 PERSONE
1 filoncino di pane - 2 peperoni gialli grossi e ben sodi - 20 g di capperini sottaceto - 6 filetti di acciuga sott'olio - 1 spicchio di aglio fresco - origano secco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Mettete i peperoni in una teglia foderata con carta forno e fateli abbrustolire in forno a 250° per 20 minuti. Trasferiteli in un sacchetto di carta ben chiuso per 15 minuti, quindi puliteli e spellateli. Riduceteli a cubettini e lasciateli sgocciolare in un colino per 15 minuti.
● **2** Mescolate i peperoni con i capperi sgocciolati, i filetti di acciuga tritati finemente, una presa di origano, un filo di olio, sale e pepe.
● **3** Tagliate il pane a fettine, fatele tostare leggermente sotto il grill del forno e poi strofinatele con l'aglio sbucciato e tagliato a metà. Conditele con poco olio e aggiungete l'insalatina di peperoni.

FACILISSIMA
● **Preparazione 20 minuti + riposo**
● **Cottura 25 minuti** ● **155 cal/porzione**

MINI BRUSCHETTE ALL'AVOCADO CON FETA AL FORNO

PER 6 PERSONE
1 filoncino di pane - 200 g di feta - 2 avocado - 1 mazzetto di basilico - il succo di 1 limone - paprica in polvere - olio extravergine d'oliva - sale - 1 cucchiaio di pepe verde in salamoia - pepe nero da macinare

● **1** Spezzettate la feta in una pirofilina, conditela con il pepe verde sgocciolato, una macinata di pepe nero e un filo di olio e cuocetela in forno a 180° per 20 minuti circa, finché inizierà a dorare in superficie.
● **2** Nel frattempo, sbucciate gli avocado, eliminate il nocciolo, bagnate la polpa con il succo di limone e schiacciatela grossolanamente con la forchetta. Mescolatela con la feta tiepida sbriciolata, 2 pizzichi di paprica e qualche foglia di basilico spezzettata. Regolate di sale.
● **3** Tagliate il pane a fettine, tostatele leggermente sotto il grill del forno e spalmatele con il composto di feta e avocado. Guarnite con foglioline di basilico.

FACILISSIMA
● **Preparazione 15 minuti**
● **Cottura 25 minuti** ● **310 cal/porzione**

CHEESE CAKE CON PEPERONI E OLIVE

PER 6 PERSONE
- 125 g di taralli al peperoncino - 300 g di formaggio spalmabile - 2 peperoni rossi e 1 giallo - 40 g di olive verdi e nere denocciolate - 30 g di frutti di cappero - 100 g di burro - 1/2 dl di panna fresca - 7 g di gelatina in fogli - origano fresco e secco - sale - pepe

● **1** Fate ammorbidire il burro a temperatura ambiente. Scegliete una tortiera di 20 cm di diametro con il bordo sganciabile. Foderate il fondo con un disco di carta forno in misura, bagnato e strizzato. Foderate anche il bordo interno della teglia con una striscia di carta da forno bagnata e strizzata. Passate al mixer i taralli con il burro morbido, 1 pizzico di sale, una macinata di pepe e 2 pizzichi di origano secco. Stendete il composto sul fondo dello stampo livellandolo e compattandolo con il dorso di un cucchiaio. Mettetelo in frigo per 1 ora.
● **2** Fate abbrustolire i peperoni nel forno caldo a 250° per 20 minuti circa, finché la pelle tenderà a staccarsi. Metteteli in un sacchetto di carta ben chiuso per 15 minuti. Spellateli, puliteli, riducete la polpa a falde e fatela sgocciolare in un colino per 30 minuti.
● **3** Mettete a bagno in acqua fredda 5 g di gelatina. Tritate i frutti di cappero, sminuzzate grossolamente le olive e tagliate a pezzettini le falde del peperone giallo e di uno rosso. Portate a ebollizione la panna, toglietela dal fuoco, unite la gelatina strizzata e fatela sciogliere mescolando. Mettete il formaggio in una ciotola capiente e mescolatelo energicamente fino a renderlo cremoso. Unite una generosa spolverizzata di origano fresco, i frutti di cappero, le olive, i peperoni a pezzettini e una macinata di pepe. Regolate di sale e incorporate la panna con la gelatina. Versate il composto nella tortiera e mettetela nuovamente in frigo per almeno 5 ore.
● **4** Mettete a bagno la gelatina rimasta in acqua fredda e, quando sarà ammorbidita, trasferitela senza sgocciolarla troppo in una piccola casseruola. Fatela fondere a bagnomaria e lasciatela intiepidire. Frullate il peperone rosso rimasto con sale e pepe e poi incorporate la gelatina mescolando. Non appena la crema del cheese cake si sarà leggermente addensata versatevi sopra la crema di peperone in uno strato uniforme e mettete di nuovo la torta in frigo finché il top si sarà rappreso. Tenetela a temperatura ambiente per circa mezz'ora prima di servirla.

MEDIA
● **Preparazione 40 minuti + riposo**
● **Cottura 30 minuti**
● **430 cal/porzione**

FUSILLI AL PESTO DI LIMONE, POMODORI E BOTTARGA

PER 6 PERSONE
500 g di fusilli lunghi - 4 pomodori sardi maturi - 1 pomodoro verde - 2 costole tenere di sedano verde con le foglie - 1 grosso limone non trattato - 1 mazzetto di prezzemolo - 1 rametto di menta - 30 g di bottarga di tonno - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Lavate la menta, il prezzemolo e le foglie del sedano e tritateli finemente. Lavate il limone e ricavate la scorza con un rigalimoni.
In una ciotola capiente mescolate il trito di aromi con la scorza di limone e un filo di olio.
● **2** Lavate i pomodori e le costole di sedano, tagliateli a cubetti e trasferiteli nella ciotola con gli altri ingredienti. Condite con altri 5 cucchiai di olio, poche gocce di succo di limone, una macinata di pepe e un pizzico di sale.
● **2** Cuocete la pasta in abbondante acqua bollente non troppo salata, scolatela al dente, fatela raffreddare sotto l'acqua corrente e unitela agli altri ingredienti. Aggiungete una generosa spolverizzata di scaglie di bottarga, lasciate insaporire la pasta per 5 minuti e servite.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti**
● **Cottura 12 minuti** ● **345 cal/porzione**



INSALATA DI FRUTTA E MOZZARELLA

PER 6 PERSONE
300 g di polpa di anguria - 300 g di polpa di melone - 200 g di mozzarella fiordilatte - 2 spicchi di aglio fresco - 1 mazzetto di basilico - 1 mazzetto di prezzemolo - olio extravergine d'oliva - olio al peperoncino - sale

● **1** Tagliate a cubetti la mozzarella e fatela sgocciolare in un colino. Intanto, pulite la polpa di anguria e di melone eliminando i semi. Tagliatela a cubotti, trasferitela in una ciotola capiente e aggiungete la mozzarella e l'aglio sbucciato e tagliato a metà.
● **2** Tritate le foglie di prezzemolo e di basilico e distribuitele sull'insalata, salate leggermente e condite con 4 cucchiai di olio extravergine emulsionato con un cucchiaio di olio al peperoncino. Mescolate delicatamente, fate insaporire per 5 minuti, eliminate l'aglio e servite.

FACILISSIMA
● **Preparazione 20 minuti**
● **Cottura nessuna** ● **200 cal/porzione**

SPIEDINI DI POLPETTE DI POLLO ALLA MENTA

PER 6 PERSONE
700 g polpa macinata di pollo - 5 cipollotti piccoli - 2 spicchi di aglio fresco - 2 rametti di menta - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Pulite i cipollotti e tritateli finemente con l'aglio sbucciato e le foglie della menta. Impastate la carne con il trito, salate e pepate. Modellate le polpette direttamente sugli spiedini e spennellatele con un filo di olio.
● **2** Scaldate la piastra su fuoco alto e quando sarà ben calda abbassate leggermente la fiamma. Cuocete le polpette per 10 minuti circa girandole su tutti i lati. Servitele ben calde e, se vi piace, accompagnatele con una salsa di yogurt emulsionata con poco succo di limone e sale.

FACILISSIMA
● **Preparazione 15 minuti**
● **Cottura 10 minuti** ● **160 cal/porzione**



MASSIMILIANO CELESTE IN CUCINA PER NOI
Chef stellato e patron del ristorante Il Portale di Pallanza (VB), Massimiliano Celeste ha realizzato per noi le ricette di questo servizio. Nel suo locale propone piatti creativi con prodotti di qualità del territorio e tiene corsi di cucina, da settembre a marzo, con lezioni a tema.

PANNA COTTA AL LIMONE CON MINI BABÀ E SCORZETTE

PER 6 PERSONE
7,5 dl di panna fresca - 120 g di zucchero - 1 limone dolce non trattato - 15 g di gelatina in fogli - 6 piccoli babà al limoncello - scorzette di limone candito (ricetta pag. 75) e menta fresca per guarnire

● **1** Lavate il limone, asciugatelo, grattugiate la scorza direttamente nella panna e mettetela in frigo per qualche ora (anche una notte).
● **2** Fate ammorbidire la gelatina in acqua fredda per 10 minuti. Versate la panna in una casseruola, unite lo zucchero e cuocete a fuoco molto dolce finché accennerà a bollire. Togliete dal fuoco, unite la gelatina strizzata e mescolate finché sarà completamente sciolta.
● **3** Foderate uno stampo a cassetta da 1,5 litri con carta da forno bagnata e strizzata, facendo in modo che sbordi leggermente. Versatevi un primo strato di panna e lasciatela intiepidire. Allineatevi i babà e coprite con la panna rimasta. Lasciate raffreddare il dolce e poi mettetelo in frigorifero per almeno 6-8 ore. Al momento di servire, sformate delicatamente la mattonella aiutandovi con la carta da forno e guarnitela con striscioline di limone candito e foglioline di menta.

FACILE
● **Preparazione 25 minuti + riposo**
● **Cottura 15 minuti** ● **525 cal/porzione**


la Scuola di Cucina
sale&pepe
SCOPRI IL TUO TALENTO IN CUCINA CON LA SCUOLA DI SALE&PEPE
Da ca' puccino in Piazza Diaz 5, a Milano, a pochi passi dal Duomo.
GUARDA il nuovo calendario dei corsi di cucina e ISCRIVITI ON LINE
Una location speciale, dove cucini tu!
Aperta 7 giorni su 7
Postazioni di lavoro attive
Sede tecnologica e dal design contemporaneo
Cucina altamente attrezzata
Tanti nuovi corsi e attività
Lezioni private o di gruppo
Percorsi enogastronomici
Eventi aziendali
Feste private e di compleanno
Degustazione finale dei piatti preparati, abbinati ai vini biologici Ciù Ciù.
Per info e prenotazioni www.scuoladicucina.it
oppure chiama il numero 02.75423300
Seguici anche su #TalentoInCucina
IN COLLABORAZIONE CON
Arclinea
ca' puccino
NEFF
SPONSOR UFFICIALI
PHILIPS
Emilia
Zaini
DUE VITTORIE
MONINI
Saeco
Barilla
Exquisa
MEGGLE
GRUPPO MONDADORI

Corona multicolore

CILIEGINI, CUORE DI BUE, PIZZUTELLI E DATTERINI. CON I POMODORI DELL'ORTO UN CENTROTAVOLA TUTTO DA GUSTARE

a cura di Silvia Bombelli,
realizzazione di Antonella Pavanello,
foto di Francesca Moscheni









PREPARAZIONE ED ESECUZIONE

Occorrente: 1 corona di edera di circa 30 cm di diametro - 1 piatto di sisal (fibra naturale che permette di infilare tra trama e ordito il fil di ferro e si vende nei negozi di attrezzature per fioristi) con anima metallica di 30 cm diametro - 2 kg circa di pomodori assortiti per colore e per dimensioni possibilmente anche a grappoli o a rami - filo di metallo sottile per fioristi - stuzzicadenti

● **1** Appoggiate la corona di edera sul piatto e fissatela con il filo di metallo facendolo passare tra la corona e il supporto in sisal in più punti.
● **2** Sempre utilizzando il filo di metallo fissate i rametti di pomodori alla corona, facendoli ricadere un po' verso l'interno e un po' verso l'esterno.
● **3** Infilate i pomodori più grandi e quelli singoli negli stuzzicadenti e fissateli sulla corona facendoli penetrare fino al piatto in sisal in modo che restino ben fermi. Alternate colori, forme e dimensione dei pomodori riempiendo la corona solo parzialmente così che restino parzialmente visibili anche i rami dell'edera e ottenere un effetto armonioso.
● **4** Spruzzate tutta la corona di acqua fredda con un nebulizzatore. Mettetela in frogorifero e posizionatela al centro di una tavolata estiva.

Panelle e cazzilli

DUE GHIOTTE SPECIALITÀ TIPICHE DI PALERMO DOVE SPOPOLANO I "MANGIARI DA STRADA"

di Miriam Ferrari, in cucina Antonella Pavanello, foto di Michele Tabozzi



Chi visita i mercati di Palermo, dal vivace Ballarò alla famosa Vucciria, tra i banchi di frutta e verdura, pesce, carne, pani appena sfornati, scopre un caleidoscopio di colori e profumi sovrastati dai i richiami dei venditori ambulanti. Qui trionfa la cucina di strada. Un variopinto e stuzzicante fast food mediterraneo, che offre tutto quello che la fantasia popolare è riuscita a inventarsi nel tempo, riuscendo a trasformare gli ingredienti più poveri, farine dimenticate e scarti di macelleria, in ghiottonerie da gustare al volo passeggiando tra chioschi e bancarelle.

> segue a pag. 82


1


2


3


4

LA PREPARAZIONE

PER 8 PERSONE
per i cazzilli (o crocché): 500 g di patate vecchie (scegliere una varietà molto farinosa) - 1 mazzetto di prezzemolo o di menta - 1 spicchio di aglio - abbondante olio per friggere - sale
per le panelle: 250 g di farina di ceci - 1 mazzetto di prezzemolo - abbondante olio per friggere - sale - pepe

• **1** Per i cazzilli: fate cuocere le patate con la buccia, sbucciatele, lasciatele raffreddare, poi passatele allo schiacciapatate. • **2** Unite al passato il prezzemolo e l'aglio tritati, sale e pepe. Se le patate non sono abbastanza farinose potete unire poca farina. • **3** Formate con le mani unte di olio delle crocchette di forma cilindrica e leggermente appuntita e friggetele, poche alla volta, in abbondante olio ben caldo, girandole con una paletta. Appena dorate scolatele su carta assorbente, salatele e servitele subito. • **4** Per le panelle: misurate in una brocca 750 g di acqua fredda; setacciate la farina di ceci in una ciotola e unitevi, a poco a poco e sempre mescolando, l'acqua. • **5** Versate il tutto in una pentola che non attacchi sul fondo e, sempre mescolando, portate a ebollizione. Abbassate il fuoco e, senza smettere di mescolare, continuate a cuocere per 15-20 minuti, finché il composto incomincia a staccarsi dalle pareti del recipiente. • **6** Toglietelo dal fuoco, unitevi il prezzemolo tritato, sale, una macinata di pepe e versatelo in uno stampo rettangolare a pareti alte foderato con carta da forno; lasciatelo raffreddare, copritelo e mettetelo in frigorifero per almeno 2-3 ore. • **7** Trascorso questo tempo, sformate la mattonella su un tagliere, pareggiatela con un coltello, poi tagliatela a fettine dello spessore di circa un cm. • **8** Friggete le panelle in abbondante olio ben caldo, scolandole ben dorate, spolverizzatele con un pizzico di sale e gustatele caldissime. È tradizione servirle in panini al sesamo.


5


6


7


8

> *segue da pag. 81*

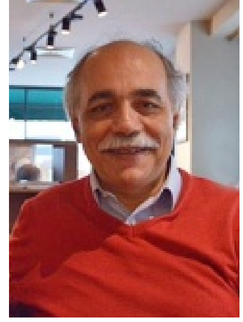
Una lista nutrita che va dalle budelline di agnello cotte alla brace al polpo bollito e servito fumante, dallo sfincioni, una pizza alta e morbida, alle mitiche arancine di riso farcite con saporiti ragù.

Stuzzicanti fritti

Ma le più grandi tentazioni escono dalle friggitorie. Tra le specialità più gettonate i cazzilli (o crocché), soffici crocchette di patate, e le panelle, morbide frittelle di farina di ceci. Queste ultime vantano mille anni di storia: infatti sono stati gli arabi, più di dieci secoli fa, a iniziare a macinare i semi di ceci, ricavandone una farina da impastare con acqua e cuocere sul fuoco. Con il tempo l'estro popolare è riuscito a ottenere dall'impasto una sfoglia sottile e di piccole dimensioni inventando le prime panelle. È nata così una nuova figura di friggitore: il panellaro, che un tempo stazionava agli angoli delle strade con la sua carretta su cui era montata una baracca chiusa sui tre lati: all'interno un fornello, una grande casseruola colma d'olio, un ripiano per mettere in bella mostra le panelle fritte e un contenitore di latta per il sale. Oggi la bottega del panellaro costituisce una presenza fissa nei mercati e nelle piazze di Palermo, ma esiste anche un'organizzatissima rete di botteghe ambulanti che si spostano su motoape (la cosiddetta "lapa") e attraversano quotidianamente la città da una scuola all'altra per servire agli studenti, nell'ora dell'intervallo, centinaia di panini con panelle e crocché. Niente di meglio per affrontare, soddisfatti e ricaricati, il resto delle lezioni.

BERE GIUSTO
La fragranza della frittura cerca nel vino altrettanta leggiadria, magari pure un pizzico di spensieratezza; scegliendo Mira, uno spumante prodotto nelle colline intorno a Palermo a base del bianco Catarratto, non facciamo solo un omaggio alla condivisione territoriale che gratifica ogni accostamento, ma creiamo una combinazione virtuosa tra le differenti sapidità e consistenze, mettendo in luce l'aromatica e quasi vaporosa morbidezza delle crocchette e la sensazione incisiva e più terragna delle frittelle di ceci.





LA PAROLA ALL'ESPERTO
Risponde alle nostre piccole curiosità Roberto Garufi di Slow Food di Palermo.
Qual è il sistema più utilizzato dai panellari per dar forma alle panelle? Nella loro esecuzione più ortodossa si utilizzano forme rettangolari in legno di faggio che disegnano in rilievo un motivo vegetale che risalta ancora quando la panella esce dal pentolone del fritto, ma oggi si usano di solito forme metalliche. Nella versione più semplice la panella viene realizzata utilizzando come forma un piattino da frutta su cui viene steso l'impasto.
Per la frittura, olio di oliva o di semi? Un panellaro doc direbbe che per quanto riguarda panelle e cazzilli il vero gusto è quello dato dall'utilizzo ripetuto dell'olio, di solito di semi, dove prima si saranno fritte anche altre specialità.
È corretto spruzzare le panelle con succo di limone? La tradizione vuole che siano condite unicamente con sale, il limone annulla il sapore della farina di ceci e del pane in cui vengono servite. E a proposito di pane il vero intenditore non ha dubbi a scegliere la "muffoletta", un panino circolare molto bombato dalla mollica spugnosa che assorbe bene l'eventuale eccesso dell'olio di frittura.
Che cos'è la "rascatura"? È una prelibatezza della cucina di strada palermitana realizzata con gli scarti degli impasti di panelle e crocché: una volta veniva offerta gratuitamente ai clienti più poveri, oggi è fritta al momento su richiesta.

I SUGGERIMENTI DI SALE&PEPE

Vi segnaliamo alcuni locali che propongono panelle, cazzilli e altri cibi da strada tipici palermitani.

CHILUZZO
P.zza Kalsa 11, Palermo. Questa mitico chiosco vanta un'offerta ricca e variata: oltre a pane e panelle, melanzane "a quaglia", verdure pastellate, arancine e rascature.

ANTICA FOCACCERIA SAN FRANCESCO
Via Paternostro 58, Palermo, tel. 091320264. Nata nel 1834, è una delle più antiche istituzioni del cibo da strada. Sfincioni, crocché, panelle, arancine e tanto altro si possono gustare in piedi o ai tavoli in piazza.

ANTICA PANELLERIA DA NINO
Via Oreto 289A, Palermo, tel. 091 6163232. A conferma del nome, le panelle sono il cuore dell'attività di questo locale, ma stuzzicano anche alcune specialità di pesce come la pasta con le sarde e le sarde a beccafico.

IL PANELLARO DI BALLARÒ
P.zza del Carmine, Palermo. Si trova nel cuore del mercato di Ballarò e offre panelle, crocché e melanzane fritte. Il momento migliore per un gustoso spuntino è dalle 10 alle 12.

A VUCCIRÌA
V.le Gorizia 32, Milano, tel. 02 49762543. Sulla darsena della grande città lombarda un punto vendita di panelle e altre tipiche specialità palermitane da asporto.

Burrata di Andria

L'INVOLUCRO DI PASTA FILATA NASCONDE UN MORBIDO, SUADENTE CUORE DI PANNA

di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi, ricetta di Livia Sala, styling di Laura Cereda, scelta del vino di Sandro Sangiorgi

Nel mondo variegato dei formaggi, la burrata è in testa alla classifica dei più voluttuosi. Racchiusa in un sacchetto di pasta filata, nasconde una sorpresa irresistibile: un cuore di stracciatella morbida e avvolgente, dal gusto tenue di panna e burro. E pensare che la specialità di Andria è un capolavoro nato per caso ai primi del Novecento, per un fine pratico più che gastronomico: riutilizzare gli avanzi di pasta filata della mozzarella. Si racconta che alla Masseria Bianchino ebbero l'idea di mescolare questi ritagli con la panna e di racchiuderli in sacchetti della stessa pasta filata. Ed ecco la burrata, che ebbe subito grande successo.



Piatto Lamart.
Indirizzi a pagina 6



Quasi un secolo dopo, in Puglia si continua a produrla con lo stesso metodo tradizionale: nel 2015 ha infatti ottenuto l'Igp con il nome di Burrata di Andria. La materia prima è il latte vaccino: in parte quello dei pascoli delle Murge, con i suoi aromi peculiari, in parte di provenienze diverse, perché la richiesta è alta e il prodotto locale non è sufficiente. La pasta viene filata in acqua calda, poi modellata in sacchetti per l'involucro, o stracciata in piccoli pezzi per il ripieno misto a panna: farciti e chiusi a mano, i fagottini sono passati in salamoia. Infine, la burrata viene avvolta in foglie di asfodelo o steli di vizzo oppure confezionata in sacchetti o vaschette.

Meglio al naturale, freschissima

Tondeggiante, color bianco latte e porcellanata, la burrata all'esterno ha consistenza morbida ed elastica; al taglio il ripieno, cremoso e denso, cola in parte nel piatto. Il profumo è delicato di panna fresca e burro, come il sapore, dolce e avvolgente, con qualche nota sapida. All'assaggio le consistenze diverse si amalgamano in un delizioso gusto latteo. La magia, però, dura poco. La burrata è un formaggio molto deperibile e delicato: va consumata freschissima, entro 24 ore dalla produzione, altrimenti si rischia che diventi acida. Secondo gli intenditori, il modo migliore per gustarla è al naturale, a temperatura ambiente: da sola, con crostini o pomodori secchi, con insalate o creme fredde. «La burrata è un formaggio che ha bisogno di rispetto» dice Pietro Zito, chef e patron del ristorante Antichi Sapori di Montegrosso Andria. «Oggi è di moda e molti la usano come si faceva un tempo con la panna, per arricchire piatti caldi. Secondo me è meglio servirla al naturale, sia come aperitivo con ortaggi freschi (non è un formaggio da fine pasto) sia aggiungendone un ricciolo a crudo per dare il tocco finale a diverse preparazioni. Come la parmigiana o i maccheroncini con salsa di peperoni».

BERE GIUSTO
Il forte contenuto territoriale della burrata e il verace gusto di latte sono custoditi da un vino di Gioia del Colle, prodotto nelle Murge a base di Aleatico, Primitivo e Aglianico. Tre varietà che, nel fondersi in un vivo e generoso Rosato, fanno prima emergere la freschezza della pasta filata, per lasciare sullo sfondo la voluttuosa densità della crema.



CREMA DI POMODORI CON BURRATA E MANDORLE

PER 4 PERSONE
1 kg di pomodori perini - 250 g di burrata di Andria - 2 fette di pane a cassetta - 1/2 spicchio d'aglio - 1 ciuffo di basilico - 60 g di mandorle - 1/2 cucchiaio di zucchero - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

1 Sciacquate i perini, scottateli, pochi alla volta, in acqua bollente e privateli della pellicina. Tagliatene 500 g a metà nel senso della lunghezza e sistemateli su una placca, con la parte concava in alto. Conditeli con sale, un giro d'olio, l'aglio tritato, cospargeteli con lo zucchero e cuoceteli nel forno preriscaldato e ventilato a 200° per 25 minuti.
2 Raccogliete nel frullatore i pomodori crudi e quelli arrostiti (tenetene da parte un paio per la decorazione). Unite un filo d'olio, sale, pepe, qualche fogliolina di basilico, metà della burrata e il pane spezzettato. Azionate l'apparecchio sino a ottenere una crema, aggiungendo poca acqua se necessario.
3 Tagliate le mandorle a filetti e tostatele in un padellino con un filo d'olio e un pizzico di sale. Riducete a filetti anche i perini tenuti da parte. Distribuite la crema di pomodori preparata in 4 piatti fondi e completate con la burrata rimasta, qualche filetto di pomodoro, le mandorle tostate, foglioline di basilico e una macinata di pepe.

FACILE
Preparazione 20 minuti • Cottura 30 minuti • 430 cal/porzione



frozen Yogurt

SEMPRE PIÙ GOLOSO, IL GELATO ALLO YOGURT REGALA UN INTRIGANTE TOCCO ACIDULO A TORTE FARCITE, BROWNIE E GHIACCIOLI

a cura di Marina Cella, ricette di Livia Sala, foto di Michele Tabozzi, styling di Studio Salaris

I Can't Believe It's Yogurt (Non posso credere che sia yogurt). Il nome della prima catena americana di yogurterie calza a pennello con le nuove interpretazioni del frozen yogurt, sempre più golose. A cominciare dalla versione soft, con latte, panna e mascarpone, completata dai topping più svariati: granelle, salse, biscotti, caramelle, cioccolato, composte. Oppure trasformata in farciture per torte e sandwich a zero gradi. Ma il gelato allo yogurt non era "salutista"? In realtà si può preparare anche in versione più leggera, tipo sorbetto: solo yogurt, ricco di fermenti lattici ancora vivi, e zucchero (non più di 1/3, necessario come anticongelante). Guarnito con frutta fresca, è ottimo anche per un pranzo light o a merenda per i bambini. Senza sensi di colpa. *M.C.*

con la consulenza di Giampaolo Cianuri, maestro gelatiere e docente all'Università dei Sapori di Perugia



Torta gelato con granola e coulis di fragole

pag. 93

Piatto Giovelab, tovaglietta Society Limonta, piano finitura Oikos. Nella pagina accanto: lattiera Bitossi Home. Indirizzi a pagina 6



SNACK GELATO CON CEREALI, FRUTTA E SEMI DI CHIA

PER 4 PERSONE
125 g di yogurt ai mirtilli - 125 g di yogurt all'albicocca - 125 g di yogurt alla fragola - 150 g di panna acida - 1 cucchiaio di fiocchi di cereali integrali croccanti - 1 cucchiaio di semi di chia - 2 cucchiai di frutta disidratata (papaia, fragole, mirtilli)

● **1** Dividete la panna acida in 3 parti uguali e incorporatene una a ciascuno dei 3 yogurt diversi, tenendoli separati. Coprite 3 placchette di metallo con carta da forno e stendetevi i composti allo yogurt preparati.
● **2** Cospargeteli con i cereali, i semi e la frutta disidratata: chia e mirtilli sullo yogurt al mirtillo, papaia e cereali su quello all'albicocca e fragole sul gusto di fragola (a piacere potete aggiungere altri semi o frutti o cambiarli secondo il vostro gusto). Mettete le placchette in freezer per almeno un'ora: se lo strato di yogurt è sottile dovrebbe indurirsi a sufficienza.
● **3** Togliete dal freezer, rompete le lastrine di yogurt in pezzetti da 1-2 bocconi e ripassate in freezer per altri 30 minuti. Togliete dal freezer solo pochi istanti prima di servire.

FACILISSIMA
● **Preparazione 15 minuti + riposo**
● **Cottura nessuna** ● **210 cal/porzione**

Piatto grande Fiorirà un Giardino, piattino Giovelab, piano finitura Novacolor. Nella pagina accanto: piatto Giovelab, tovagliolo Society Limonta, piano finitura Novacolor. Indirizzi a pagina 6

SANDWICH ALLE MANDORLE E CREMA MOU

PER 8 PERSONE
4 uova - 300 g di zucchero - 100 g di farina - 100 g di mascarpone - 200 ml di panna - 450 g di yogurt naturale - 100 g di mandorle a lamelle - sale

● **1** Mettete in un pentolino dal fondo spesso 100 g di zucchero e scioglietelo su fuoco basso fino a ottenere un caramello dorato. Togliete dal fuoco, versatevi 50 ml di panna tiepida e mescolate energicamente per incorporarla al caramello. Aggiungete un pizzico di sale e lasciate raffreddare.
● **2** Separate gli albumi dai tuorli. Montate a neve i primi, poi lavorate i tuorli con 100 g di zucchero sino a ottenere un composto spumoso e soffice. Unite la farina, poi incorporate gli albumi, prima una piccola parte per ammorbidire l'impasto, poi i rimanenti. Versate il composto in una teglia di 25x35 cm, ricoperta di carta da forno; cospargete con le mandorle e infornate a 180° per 15 minuti.
● **3** Montate la panna rimasta con il mascarpone; unite lo zucchero rimanente poi incorporate lo yogurt. Versate sul composto la salsa di caramello e mescolate un po' senza amalgamarla completamente. Tagliate la pasta biscuit a metà: capovolgetene una e copritela con il composto allo yogurt. Appoggiatevi sopra l'altra metà, senza schiacciare troppo, e passate in freezer per almeno 3 ore. Rifilate il dolce e tagliatelo in 8 trancetti, da servire avvolti in un foglietto di carta oleata.

MEDIA
● **Preparazione 40 minuti + riposo** ● **Cottura 20 minuti** ● **450 cal/porzione**



STECCHI ALLA MENTA E CETRIOLO

PER 4 PERSONE
300 g di yogurt greco - 200 ml di panna da montare - 2 ciuffi di menta - 50 g di miele di acacia - 1 cetriolo biologico

● **1** Lavate accuratamente il cetriolo e tagliatelo a fettine sottilissime con un pelapatate. Sistematele all'interno di 4 stampini da ghiacciolo di 150 ml, facendole aderire alle pareti.
● **2** Tritate la menta e unitela allo yogurt; aggiungete anche il miele e mescolate bene. Montate la panna e incorporatela al composto precedente, delicatamente, per non smontarla.
● **3** Distribuite il composto negli stampini, facendo attenzione a non staccare le fettine di cetriolo. Inserite in ogni stampino uno stecchino di legno e passate in freezer per circa 3 ore. Al momento di sformare immergete gli stampini per un istante in acqua non troppo calda.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti + riposo** ● **Cottura nessuna** ● **220 cal/porzione**



FROZEN BROWNIE ALLA NOCCIOLA CON PISTACCHI

PER 8 PERSONE
240 g di cioccolato fondente - 150 g di burro - 4 uova - 220 g di zucchero - 120 g di farina - 250 ml di panna fresca - 125 g di mascarpone - 250 g di yogurt naturale - 140 g di crema spalmabile alle nocciole - 75 g di granella di pistacchi

● **1** Tritate il cioccolato e fatelo fondere a fiamma dolce con il burro. Con una frusta lavorate le uova con 160 g di zucchero; unite il composto al cioccolato e amalgamate bene, quindi incorporate anche la farina.
● **2** Versate il composto in uno stampo quadrato di 20 cm di lato, foderato con carta oleata e cuocete in forno già caldo a 190° per 20 minuti. Togliete il dolce dal forno e lasciate raffreddare.
● **3** Montate la panna con il mascarpone, quindi incorporate lo zucchero rimasto, lo yogurt e la crema alle nocciole. Versate sul brownie, completate con la granella di pistacchi e passate in freezer per almeno 3 ore a rassodare. Trasferite dal freezer al frigo mezz'ora prima di tagliare il dolce e servirlo.

MEDIA
● **Preparazione 30 minuti + riposo**
● **Cottura 20 minuti** ● **800 cal/porzione**



Ciotola Giovelab, cucchiaino Giovelab, tagliere Forme di Farina, tovagliolo Fiorirà un Giardino, fondo finitura Novacolor. Nella pagina accanto: piatto Rina Menardi, stampi ghiaccioli Atelier Bellinzona, piano finitura Oikos. Indirizzi a pagina 6

Yogurt gelato: 3 modi per prepararlo

IL METODO PIÙ SEMPLICE È QUELLO CON LA GELATIERA. MA SE NON LA POSSEDETE, NESSUN PROBLEMA. CON UN PO' DI PAZIENZA POTETE FARE IL FROZEN YOGURT A MANO, IN UN CONTENITORE DA METTERE IN FREEZER. OPPURE PASSARE PER POCHI MINUTI NEL FRULLATORE CUBETTI DI YOGURT E PEZZETTI DI FRUTTA CONGELATI


1


2

NELLA PLACCA MESCOLATO A MANO

● **1** Preparate la base del gelato. Amalgamate lo yogurt (naturale, alla frutta, intero, scremato) con latte e zucchero, a cui potete aggiungere panna, già montata per dare leggerezza, o mascarpone. Trasferite il composto in un contenitore, meglio una placca bassa in alluminio, e mettete in freezer per circa 3 ore.

● **2** Dopo circa un'ora, togliete dal freezer e mescolate lo yogurt con un cucchiaio per evitare che si indurisca troppo e mantenga una consistenza soffice. Ripetete l'operazione ogni ora e, al termine, prelevate lo yogurt con un porzionatore da gelato.

ALLA FRUTTA CON IL FRULLATORE

● **1** Preparate la base del gelato (vedi sopra). Suddividete il composto in stampi per cubetti di ghiaccio e metteteli in freezer per 2-3 ore. Tagliate a pezzetti la frutta e fatela congelare (in alternativa potete usare quella surgelata).

● **2** Quando lo yogurt e la frutta si sono induriti, trasferiteli in un frullatore, meglio con il boccale di vetro e piuttosto potente. Frullate a intermittenza, non troppo a lungo, fino a ottenere una consistenza abbastanza cremosa. Versate in un contenitore e tenete in freezer per circa 30 minuti prima di servire.


1


2


1


2

CON LA GELATIERA

● **1** Preparate la base del gelato (vedi sopra). Se avete una gelatiera autorefrigerante (foto a lato), cioè dotata di un meccanismo di congelamento, non è necessario raffreddarla prima. Basta versare nel contenitore il composto preparato e azionarla.

● **2** In genere sono necessari 20-30 minuti per ottenere un frozen yogurt, comunque leggete le istruzioni sul libretto. Al termine, prelevate il gelato con una spatola e trasferitelo in un contenitore chiuso, che terrete in freezer (2-3 ore) fino al momento di servire.



TORTA GELATO CON GRANOLA E COULIS DI FRAGOLE

PER 8 PERSONE
225 g di granola di cereali e frutta disidratata - 40 g di latte condensato - 25 g burro - 250 g di yogurt naturale - 350 ml di panna fresca - 50 g di mascarpone - 250 g di fragole - 100 g di zucchero a velo

● **1** Raccogliete la granola in una ciotola, unite il burro fuso con il latte condensato e mescolate bene. Distribuite il composto sul fondo di uno stampo rotondo a cerniera di 22 cm, comprimendolo e livellandolo. Passate la granola in freezer per una quindicina di minuti.
● **2** Montate 250 ml di panna e incorporatela allo yogurt, insieme a 60 g di zucchero a velo. Versate il composto sulla base di granola e mettete nuovamente in freezer per almeno 3 ore.
● **3** Frullate metà delle fragole con 20 g di zucchero a velo, per ottenere una salsa liscia. Montate la panna rimasta con il mascarpone e lo zucchero a velo rimanente. Passate la torta in frigo per mezz'ora prima di servirla poi decoratela con la panna preparata, le fragole rimaste e il coulis di fragole.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti + riposo**
● **Cottura 2 minuti** ● **300 cal/porzione**



Barattolo Bloomingville presso ila malù, piattini Giovelab, piano finitura Oikos.
Nella pagina accanto: grembiule Fiorirà un Giardino, ciotola azzurra Bloomingville presso ila malù, tovaglioli Madame Gioia e Society Limonta.
Indirizzi a pagina 6

COPPA AL MANGO CON COCCO TOSTATO

PER 6 PERSONE
300 g di polpa di mango (1 grosso mango o 2 piccoli circa) - 300 ml di yogurt naturale - 50 ml di sciroppo di acero - 1 cucchiaio di zucchero di canna fine - 150 g di cocco fresco

● **1** Tagliate a cubetti il mango e mettetelo in freezer. Dolcificate lo yogurt con lo sciroppo d'acero e lo zucchero, versatelo in un paio di stampi per cubetti di ghiaccio e trasferite anche questo in freezer.
● **2** Quando i cubetti di mango e yogurt si saranno induriti (dopo 2-3 ore), trasferiteli in un frullatore robusto (meglio con il boccale di vetro e con una buona potenza) e azionatelo a intermittenza fino a ottenere un composto abbastanza cremoso. Rovesciatelo in una vaschetta e mettete nuovamente in freezer per circa mezz'ora.
● **3** Grattugiate il cocco e stendetelo su una placca foderata di carta da forno: passate sotto il grill caldo per 3-4 minuti, finché inizia a dorare. Togliete dal freezer il frozen yogurt e distribuiteloo in ciotoline individuali, aiutandovi con un porzionatore per gelato o con una spatola. Cospargete con il cocco tostato e servite.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti + riposo** ● **Cottura 4 minuti** ● **260 cal/porzione**

Crostata di farro con fichi e lamponi

LE CREME GOLOSE CHE FARCISCONO IL FRIABILE GUSCIO DI FROLLA ACCOLGONO DUE CONTRASTANTI FRUTTI ESTIVI

ospite nella nostra cucina Chiara Patracchini, a cura di Mauro Cominelli, foto di Michele Tabozzi





1



2



3



INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE
per la frolla: 300 g di di farina di farro - 100 g di burro - 80 g di zucchero - 1 uovo - 1 limone non trattato - 1 g di sale fino
per la farcia: - 500 g di panna fresca - 8 tuorli - 70 g di zucchero - 6 g di gelatina in fogli - 125 g di lamponi - 1 baccello di vaniglia - 40 g di cioccolato bianco
per il decoro: - 5 fichi neri - 100 g di lamponi - ciuffetti di menta

● **1** Disponete la farina a fontana sulla spianatoia e create un incavo al centro. Versate all'interno dell'incavo l'uovo leggermente sbattuto con lo zucchero e unite il burro freddo a dadini, la scorza grattugiata del limone e il sale. Iniziate ad amalgamare velocemente gli ingredienti con la forchetta, poi con una spatola e infine con le mani; formate una palla, avvolgetela in pellicola e trasferitela in frigorifero per 4 ore. ● **2** Mettete 2/3 della frolla fra due fogli di carta da forno e appiattitela prima con le mani e poi con il matterello, in modo da ottenere un disco di 3-4 mm di spessore. Stendete nello stesso modo anche la pasta rimasta e tagliate la sfoglia ottenuta in tante strisce di 2 cm di spessore.
● **3** Foderate con il disco di frolla il fondo di uno stampo per crostata in silicone di 26 cm di diametro; con 2-3 strisce di frolla coprite anche il bordo, facendole ben aderire al disco sul fondo.
● **4** Coprite la frolla con carta da forno e versate abbondanti legumi secchi o pesini per la cottura in bianco. Cuocete in forno già caldo a 160° per circa 25 minuti; sfornate e fate raffreddare il guscio di frolla privato di carta e legumi. ● **5** Preparate le creme. Portate quasi a bollore la panna e unite i semi e la polpa del baccello di vaniglia, inciso nel senso della lunghezza, e la gelatina, fatta prima ammollare in acqua fredda per 10 minuti e strizzata. Mescolate, lasciate intiepidire e amalgamate anche i tuorli montati con lo zucchero; fate raffreddare. ● **6** Disponete metà della crema ottenuta nel bicchiere del frullatore a immersione, unite i lamponi e frullate a lungo; trasferite le due creme in due tasche da pasticciere e mettete in frigorifero. ● **7** Spennellate la base del guscio di frolla con il cioccolato bianco fuso a bagnomaria. Fate cadere le creme a ciuffetti sulla superficie della crostata, alternandole e creando un motivo decorativo. Completate il dolce con i fichi tagliati in quarti, i lamponi e le foglie di menta e servite subito.

TORTA DI COMPLEANNO
La ricetta di questa crostata di **Chiara Patracchini** (pasticciere al ristorante **La Credenza** di San Maurizio Canavese, Torino), deriva da un emozionanate ricordo della sua infanzia. Era la torta che tutti gli anni mamma Carla preparava per la famiglia in occasione del suo compleanno. I fichi venivano colti direttamente dalla pianta che faceva ombra nell'orto, mentre i lamponi erano forniti dai cespugli che crescevano vicino a casa. Ora è Chiara che la prepara per la mamma in occasione della sua festa. La croccantezza della frolla, realizzata con una farina antica, contrasta con la sofficità delle due creme. La dolcezza di una è però mitigata dal sapore acidulo dei lamponi, mentre i fichi maturi danno un consistente tocco finale.

4



5



6



7



I peperoncini

DOLCI O PICCANTI, DAL COLORE BRILLANTE E SAPORE INTENSO, SONO OTTIMI FRITTI, RIPIENI O SALTATI IN PADELLA. SI PREPARANO IN POCHI MINUTI E PORTANO IN TAVOLA GUSTO E ALLEGRIA

di Miriam Ferrari, in cucina Livia Sala
foto di Maurizio Lodi, styling Laura Cereda









DOLCI E PICCANTI

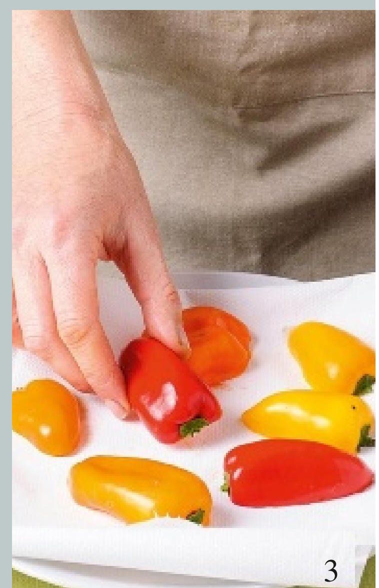
- **1** Peperoncini dolci. Di colore rosso o giallo, polpa sottile, sono ideali per la farcitura e la cottura al forno.
- **2** Peperoncini rossi piccanti. Detti anche diavolilli, hanno forma allungata, dritta o ricurva; sono particolarmente adatti all'essiccazione.
- **3** Peperoncini verdi, detti anche friarelli o friggitelli: dal gusto intenso ma non piccante, sono ottimi fritti e conservati sott'aceto.

COME PREPARARE I PEPERONCINI DOLCI

- **2** Lavateli, asciugateli, poi tagliateli a metà per il lungo incidendo anche il picciolo.
- **2** Eliminate con un coltellino i semi e le nervature interne.
- **3** Se dovete cuocerli in padella staccate il picciolo e tagliateli a listarelle o a dadini, se li dovete farcire salate internamente i mezzi peperoncini e capovolgeteli su un telo.













COME PREPARARE I PEPERONCINI VERDI

- **1** Se li volete farcire o cucinare interi praticate un'incisione intorno al picciolo, poi staccatelo ruotandolo leggermente con la mano...
- **2** ...quindi asportate semi e nervature introducendo la punta di un coltellino.
- **3** Se li volete cucinare aperti incideteli per il lungo, eliminate semi e nervature e staccate il picciolo.





PEPERONCINI VERDI CROCCANTI

● **1** Amalgamate in una ciotola 5 cucchiai di farina, 1 uovo e birra quanto basta per ottenere una pastella fluida; profumatela con scorza di limone grattugiata. ● **2** Lavate e asciugate una dozzina di peperoncini verdi, immergeteli nella pastella girandoli da tutte le parti, sgocciolateli e friggeteli in abbondante olio molto caldo; scolateli su carta assorbente da cucina e salateli leggermente. Per completare il piatto passate nella stessa pastella e friggete una dozzina di foglie di salvia. Servite i peperoncini con la salvia fritta.

LINGUINE PICCANTI

● **1** Aprite ed eliminate i semi di 3 peperoncini rossi piccanti, poi tagliateli a fettine. Sbucciate 3 spicchi di aglio e tagliate anche questi a fettine. Fate soffriggere in una casseruolina con 3 cucchiai di olio l'aglio finché diventa dorato, poi unite all'olio i peperoncini ed eliminate l'aglio. ● **2** Cuocete in abbondante acqua salata 320 g di linguine, scolatele, non troppo, in una terrina e versatevi sopra l'olio al peperoncino. Spolverizzate con prezzemolo tritato e pecorino grattugiato e servite.









PEPERONCINI RIPIENI AL FORNO

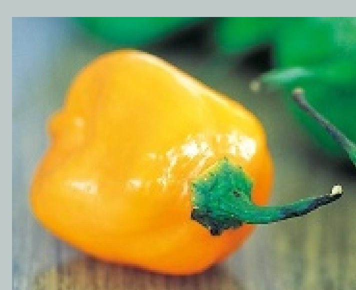
● **1** Lavate, tagliate a metà e svuotate di semi e nervature 12 peperoncini dolci gialli o rossi. Preparate il ripieno mescolando 160 g di tonno sott'olio sminuzzato, 3 filetti d'acciuga sott'olio tritati, un cucchiaino di capperini sott'aceto e 3-4 fette di mollica di pancarré ammorbidita in poco brodo. ● **2** Farcite metà dei mezzi peperoncini, metteteli su una placca foderata con carta da forno, copriteli con gli altri mezzi peperoncini e infornateli a 180° per 15-20 minuti.

LE DOSI SONO PER 4 PERSONE

PER PALATI FORTI

PICCANTI MESSICANI. Oltre al nostrano diavolillo esiste al mondo un grande numero di peperoncini piccanti. Tra i più diffusi c'è l'Habanero, nome che deriva da L'Avana, la capitale di Cuba da cui si ritiene provenga, nelle varietà "Chocolate", "Orange" (nella foto), Red Savina e tante altre, tutte molto piccanti. Viene coltivato soprattutto in Messico, ma recentemente esistono produzioni anche in Italia, in particolare in Calabria e Toscana.

UNA MISURA AD HOC. Il grado di piccantezza di un Habanero può arrivare a 600.000 Scoville, unità di misura che prende il nome dal chimico che l'ha creata e che va da 0 a 16 milioni. In confronto, il nostro peperoncino calabrese che si aggira attorno alle 25.000 unità, può essere considerato quasi dolce.



NEL PROSSIMO NUMERO: IL SEDANO



Tovaglia dipinta a mano Laura Piacquadio, piatti Virginia Casa: indirizzi a pagina 6



Anzio e Nettuno



È IL MARE DEI ROMANI, DOVE LE VILLE BELLE EPOQUE E I FORTI MEDIEVALI SONO LO SFONDO DI UNA CUCINA FATTA DI PESCE E PRODOTTI DELL'AGRO PONTINO

testi di Ernesto Fagiani, foto di Emanuela De Santis. Si ringrazia il ristorante Da Romolo al Porto per le ricette e la realizzazione dei piatti

Quando le vacanze erano villeggiature e il mare aveva i colori pastello degli anni Cinquanta, l'estate dei romani si consumava tra il Circeo e Santa Marinella. Il litorale laziale riproduceva la società capitolina, le sue classi e le sue caste. A sud le ville di scrittori ed intellettuali tra le dune di Sabaudia, a nord quelle della gente del cinema nella modaiola Fregene. In mezzo Ostia, ultima spiaggia dei borgatari. La belle époque di Anzio e della limitrofa Nettuno (allora unite in un unico Comune, chiamato Nettunia) era finita con lo sbarco del 1944, l'invasione dei mezzi corazzati e le sale liberty del casinò trasformate in quartier generale americano. Tuttavia è nel decennio successivo che si disegna il nuovo volto di Anzio e del suo litorale, racchiusi tra gli ultimi lembi di natura mediterranea, le sorgenti sulfuree e i ruderi romani, delimitata dalle dune sabbiose della riserva naturale di Tor Caldara a nord, e, a sud, oltrepassata Nettuno, dalla spiaggia di Torre Astura con i suoi boschi e le pinete intatte.

> segue a pag. 102







Sopra, un piatto di sgombri nel ristorante Da Romolo al Porto e i resti della Villa di Nerone. A sinistra, la spiaggia Riviera di Ponente, ad Anzio, e il Porto di Nettuno.

MINESTRA DI PESCE

PER 4 PERSONE
2 kg di pesce misto (tracine, sgavaglioni, gallinelle di mare, zerri, gardonie e boghe) già eviscerato - 150 g di spaghetti - 200 g di pomodorini - olio extravergine d'oliva - 2 spicchi d'aglio - prezzemolo - peperoncino tritato - sale

● **1** Pulite il pesce tenendo da parte le lische e fate bollire queste ultime, complete di teste e di code, in un'ampia casseruola con 3 l d'acqua fino al completo disfacimento (almeno mezz'ora), schiumando spesso il brodo. Raccogliete i resti del pesce con la schiumarola e fateli sgocciolare in un'altra pentola, passandoli attraverso un colino e schiacciandoli il più possibile con un cucchiaio per estrarne tutto il liquido. Filtrate il brodo, versatene solo la metà nel liquido estratto dalle lische e fate restringere il tutto sul fuoco per 5 minuti.
● **2** Fate soffriggere i pomodorini per circa 20 minuti in un tegame con qualche cucchiaio d'olio e gli spicchi d'aglio, salate e aggiungete un pizzico di peperoncino.
● **3** Incorporate al brodo la salsa di pomodorini, passandola attraverso il passaverdure. Unite i filetti di pesce, un filo d'olio e riportate a bollore fino a quando i filetti saranno disfatti. Aggiungete gli spaghetti spezzati a mano in tre o quattro parti, regolate di sale, unite un altro po' di peperoncino e, quando la pasta sarà al dente, servite la minestra spolverizzata con il prezzemolo tritato finemente.

FACILE
● Preparazione 20 minuti ● Cottura 60 minuti ● 390 cal/porzione



In tutto il servizio, piatti, bicchieri e tovaglie selezionati e venduti dal negozio Note Marine di Anzio. Indirizzi a pagina 6

TACCUINO DI VIAGGIO

DA ROMOLO AL PORTO
Via Porto Innocenziano 19, Anzio, tel. 06 9844079
La famiglia Regolanti, ristoratori da generazioni, propone piatti di tradizione e innovativi con i sapori del mare pontino. Nell'annesso Tender to Romolo, aperitivi e crudi di pesce.

CENTRO ITTICO
Via Flavia 25, Anzio,
Nella pescheria della locale Cooperativa pescatori si comprano gobbetti (gamberi di Anzio), cicale, "arzille" (razze petrose), pesce spada di Ponza e cozze di Gaeta.

IL VECCHIO OVILE
Via dei Gelsi 196, Anzio
Caseificio che produce pecorino romano e cacioricotta con latte crudo munto nella stalla aziendale.

ENOTECA DEL GATTO
Via Mazzini 2, Anzio,
Vini che spaziano dalle cantine più celebrate ai piccoli produttori d'eccellenza. E poi dolci, tè, birre e aperitivi con tartine fatte in casa, salumi e formaggi regionali.

PASTICCERIA TAIBI
Porto Neroniano 54, Anzio
Paste, lieviti, biscotti e bombe calde alla crema, soffici e delicate.

CONFORTI
P.zza G. Polli 4, Anzio,
Gelateria rinomata per i variegati e le creme, dagli insoliti accostamenti.

OFFICINE DEL PESCE
Via Romana 119, Nettuno
Pescheria con ristorante di pesce "dal banco al piatto". Formula spartana e prezzi concorrenziali.

CASALE DEL GIGLIO
Strada Cisterna-Nettuno km. 13, Le Ferriere, Nettuno
L'Antium da uve Bellone è la più recente etichetta di questa cantina che dà lustro all'enologia pontina.





Sopra, l'Enoteca del Gatto e, in alto, Note Marine, la vetrina più chic di Anzio, che seleziona oggetti per casa e cucina in stile mediterraneo-provenzale e capi d'abbigliamento.

> segue da pag. 100

Oggi la fisionomia urbana di Anzio rivela una mescolanza di epoche e di stili. Interi quartieri sono spuntati in mezzo a Villa Spigarelli, costruita sui resti di una villa romana, al villino Sindici sulla riviera di Levante, all'arabeggiante Villa Caterini e a tutte le altre sontuose dimore estive di questa ex Deauville del Lazio. A Ponente, le rovine rosicchiate dalle onde della residenza imperiale di Nerone si allungano nel parco archeologico che termina al capo dell'Arco Muto. La seicentesca Villa Adele è diventata sede del Museo Archeologico e di quello dedicato allo Sbarco alleato. Le costruzioni cardinalizie, Villa Albani e, ancora,Villa Sarsina, sono diventate edifici pubblici. Squadrata e impassibile, la fortezza medievale s'affaccia sul mare di Levante, a riparo del porto che accoglie ogni pomeriggio il rientro dei pescherecci. Accanto alla folla vacanziera che attende impaziente di imbarcarsi sugli aliscafi per le isole pontine, c'è il molo dove i pescatori riparano le reti con cura da ricamatrici e la banchina sulla quale si vendono a buon mercato le cassette di "mazzama", il pesce povero, sfuggite all'asta dei grossisti.

Ieri e oggi in cucina

Il pesce più pregiato è già nelle cucine dei ristoranti di Anzio, tre o quattro insegne di punta premiate dalle guide gastronomiche. L'evoluzione dalle "paranze" a vela ai pescherecci d'altura, dalle "capannucce" – le osterie dei pescatori sul porto – ai ristoranti gourmet, dai semplici piatti del passato a quelli elaborati a misura dei palati contemporanei, non ha cambiato la sostanza di una tradizione nata dall'incontro tra i sapori del mare e i prodotti dell'agro pontino.

> segue a pag. 105





RANA PESCATRICE ALLA CACCIATORA

PER 4 PERSONE
1 rana pescatrice (coda di rospo) intera da circa 1,2/1,5 kg - 150 g di olive nere di Gaeta - aceto di vino bianco - olio extravergine d'oliva - 2 spicchi d'glio - 2 rametti di rosmarino - peperoncino tritato - sale

● **1** Pulite accuratamente il pesce, facendo attenzione a togliere tutta la pelle. Tagliatelo in otto fette uguali, mettendo da parte la testa intera.
● **2** Fate scaldare qualche cucchiaio d'olio e gli spicchi d'aglio schiacciati e non sbucciati in una casseruola che dovrà contenere comodamente la pescatrice. Cominciate a cuocere la sola testa a fuoco medio e tegame coperto per 5 minuti, poi unite le fettine di pescatrice, irrorando con 50 ml d'aceto (da non versare direttamente sul pesce). Salate e unite un pizzico di peperoncino e gli aghi del rosmarino.
● **3** A cottura ultimata (circa 10-15 minuti), aggiungete le olive, spruzzate ancora un po' d'aceto e un filo d'olio per restringere i sapori e spegnete. Servite il pesce con o senza la testa bagnandolo con la sua salsa.

FACILE
● **Preparazione 10 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **250 cal/porzione**



A sinistra, Nettuno vista dal mare, con in primo piano il forte del '400 e, sulla destra, il borgo medievale protetto da mura. Sotto e qui accanto, il cuore del borgo.







TORTINO ALLO SGOMBRO

Foderate una teglia con carta da forno e ungetela d'olio. Affettate finemente 250 g di patate a pasta dura e fate un primo strato, sormontate con 150 g di filetti di sgombro e 50 g di primo sale a cubetti, 35 g di pecorino grattugiato, un filo d'olio e un pizzico di sale. Ripetete la sequenza altre due volte con le stesse quantità e finite con un quarto strato di patate. Coprite con pangrattato e infornate a 170° per 30 o 40 minuti, a seconda della durezza delle patate. Servite il tortino con una ciotolina d'olio profumato da alcune foglie di basilico spezzate a mano (da preparare alcune ore prima).





A sinistra la Riserva di Torre Astura. Sopra un sentiero attraversa il Parco di Tor Caldara, tra Anzio e Lavinio.

CIAMBELLINE AL VINO (UBRIACHELLE)

PER 4 PERSONE
1 bicchiere di vino rosso - 1 bicchiere di olio extravergine d'oliva - 1 bicchiere di zucchero - 1 bustina di lievito - circa 400 g di farina 00 - 1 presa di sale

● **1** In una terrina versate lo zucchero, l'olio e il vino (in quest'ordine) e mescolateli con una frusta. Unite un cucchiaino colmo di lievito, il sale e, poco alla volta, la farina passata al setaccio, quanto basta a rendere l'impasto lavorabile. Mescolate bene e trasferite l'impasto su un piano di marmo coperto da un velo di farina, lavorandolo con le mani fino a ottenere un composto liscio e non appiccicoso. Fate riposare il panetto coperto da un telo per mezz'ora.
● **2** Staccate dei pezzetti di pasta e formate dei filoncini di 10/12 cm, arrotolandoli e allungandoli con le dita. Congiungete le estremità appena bagnate d'acqua così da formare le ciambelle.
● **3** Passate le ciambelline nello zucchero da un solo lato e sistematele in una teglia foderata con carta da forno, tenendo in alto il lato zuccherato e distanziandole appena in modo che non si attacchino durante la cottura. Cuocetele in forno caldo a 180° per circa 20 minuti.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti + riposo** ● **Cottura 20 minuti** ● **345 cal/porzione**







Un pescatore ripara le reti sulla banchina del porto di Anzio. Sotto, il Museo Archeologico Villa Adele. Lo splendido edificio, che risale ai primi del Seicento, fu costruito per volere di papa Clemente VIII.



Qui sotto, il porto di Anzio e sopra, le dune del litorale a nord della cittadina dove la vegetazione cresce indisturbata tra le rovine d'epoca romana (in primissimo piano).



> segue da pag. 102

La zuppa portodanzese o la minestra di pesce, preparate anche con le parti meno nobili ma spesso più saporite del pescato, sono ancora presenti nei menu accanto ad insoliti abbinamenti come alici e pecorino, dove il gusto grasso delle alici fresche si sposa all'amarognola piccantezza del pecorino romano per condire gli spaghetti. Ristoratori e chef portodanzesi sono gli artefici di questo rinnovamento della cucina marinara del Lazio che ha investito anche le tavole della capitale. Il segreto è nella freschezza e nella stagionalità del pesce locale, acquistato direttamente all'asta giornaliera, ma anche nelle piccole invenzioni come l'impiego sapiente del formaggio sui primi di mare, nel recupero di ricette casalinghe come il pesce alla cacciatora, nella rivalutazione di specie povere come il cefalo, la tracina, la sciabola, la marmora e il sugherello. Nella riscoperta di tradizioni dimenticate Anzio ha ritrovato la sua identità di paese dove il primo cittadino è il mare.

La tavola di agosto

RELAX A TUTTO CAMPO. ANCHE PER L'APPARECCHIATURA CHE DIVENTA ESSENZIALE, NELLE SFUMATURE FRESCHE DEL MARE E DEL CIELO

a cura di Monica Pilotto, servizio di Patrizia Cantoni, testo di Amelia Bertottilli, foto di Marco Azzoni

Un baldacchino di mussola accarezzato dal vento in giardino, un ombrellone che proietta un'isola d'ombra sul terrazzo e, per chi ancora si attarda in città, le vetrate del soggiorno finalmente spalancate accanto al tavolo da pranzo: apparecchiare d'estate è una festa per tutti i sensi, che s'inebriano dell'aria carica di profumi, dei raggi del sole o della luna, se si tratta di una cena romantica. Per un incontro easy tra amici, una colazione in famiglia, ma anche per un più intimo tête à tête, si può sostituire la classica tovaglia con un runner di lino, che dà un'allegra pennellata di colore sulla tavola, lasciata volutamente al naturale. Per ogni commensale, oltre alle simpatiche posate con i manici colorati, c'è da prevedere un set di piatti e piattini di ceramica o in pratica melammina, piani e fondi, tondi, ovali, squadrati o dalle insolite forme triangolari.

> segue a pag. 108



● **1** Il vassoio per servire le focaccine è in pratica melammina verde (Kasanova, 15,50 €). ● **2** Il tagliere per formaggi, salumi e bruschette è in legno con manico dipinto di bianco (La Fabbrica del Verde, 35 €). ● **3** Riprende le nervature della foglia di cavolo l'alzatina in ceramica (Pagnossin, 45 €). ● **4** Ideale per versare salse fredde o vinaigrette è la ciotolina in melammina con beccuccio (Tiger, 5 €). ● **5** Piattini per il pane di forma tonda e rettangolare, in porcellana smaltata (Mesh di Rosenthal, da 7,50 €). ● **6** Piatto piano a goccia Flow e fondo Artesano in porcellana (Villeroy & Boch, da 14,90 €). ● **7** Posate in acciaio con manico colorato (Brandani, set di 16 pezzi, 19,90 €). ● **8** Piattino per il pane con decori pastello (Ramo di Arzberg, 12,90 €). ● **9** Runner in lino (Zara Home, 15,99 €). Piano in bambù (Ovraryd di Ikea, cm 150x80, 84,90 €). Indirizzi a pagina 6

> *segue da pag. 107*

Da scegliere - oltre che nell'intramontabile bianco - nelle tinte pastello di sapore anni Cinquanta. Le linee semplici e le sfumature baby evocano gli eleganti oggetti di Eva Zeisel, la celebre designer americana di porcellane che per prima portò la sinuosità delle forme organiche nella mise en place. Infine, non potranno mancare il tagliere per formaggi, salumi e bruschette, le ciotole con il pratico beccuccio per versare salse fredde e vinaigrette, e un'alzata per tartine, polpettine e vol au vent, da scegliere in verde cetriolo, una delle tonalità più fresche di stagione. Completano l'allestimento i fiori freschi, da posizionare nei contenitori bassi come raccomanda il galateo insieme a qualche rametto di basilico o di erba limoncina anti zanzare e, se si tratta di un invito serale, una zuppiera piena di lumini galleggianti che proiettano sulla tavola una luce magica. È l'incanto dell'estate.



1 Piatto ovale turchese in ceramica sul quale disporre golosi vol au vent (Giotto di Pagnossin, 17 €). **2** Raviera in porcellana (Artesano di Villeroy & Boch, 14,90 €). **3** Piattino per il pane in porcellana dal colore sfumato (Tiger, 9 €). **4** Perfetto per servire gli stuzzichini per l'aperitivo il piattino triangolare in porcellana (Teema di Iittala, 13,90 €). **5** Piatto da portata in porcellana bianca (Villeroy & Boch, 39,90 €). **6** La falda turchese fa da cornice al piatto piano (Tric Caribic di Arzberg, 14 €). **7** Piatto frutta in gres verde (Fargrik di Ikea, 1,80 €). **8** Effetto diamante per il piattino pane in porcellana (Miami di Zara Home, 3,99 €). **9** Tovagliolo in lino e posate a servire in legno (Zara Home, rispettivamente set di 4 tovaglioli 22,99 € e posate 15,99 €). Piano in bambù (Ovraryd di Ikea, cm 150x80, 84,90 €). Indirizzi a pagina 6

Moqueca

UNA GHIOTTA RICETTA BRASILIANA EVOCA IL GUSTO DELLE OLIMPIADI DI RIO

a cura Silvia Bombelli, testi e ricetta di Vittorio Castellani, in cucina Livia Sala

Nativa dello stato di Spirito Santo in Brasile, la versione originaria della moqueca bahiana che oggi tutti conosciamo, altro non è che una rivisitazione afro-brasiliana di una ricetta tradizionale portoghese, cioé della peixada, uno stufato di pesce e verdure introdotto verso la seconda metà del XVI secolo dai colonizzatori in Sud America. Esempio ben riuscito di stratificazione culinaria, sintesi di tecniche di cottura e ingredienti portoghesi sapientemente miscelati con quelle degli indios nativi, è incentrata sul pescato locale, quello bianco della costa Atlantica.

> segue a pag. 112





CORIANDOLO, SPEZIA DI CARATTERE

Originario della Grecia il Coriandrum sativum è una pianta aromatica molto utilizzata. Le foglie fresche, la radice pestata e i semi di coriandolo sono adoperati per decorare i piatti e profumarli, per aromatizare curry verdi e mix di spezie indiane, magrebine e medio orientali, ma anche nelle "cotte" di alcuni stili birrari. In Italia è conosciuto anche come prezzemolo greco e il suo nome deriva dal termine korion che significa cimice, perché il suo profumo ricorda vagamente quello delle cimici verdi autunnali. In realtà ha un sapore gradevolissimo e dona un carettere e un tocco cromatico unico anche a molti piatti brasiliani.

MOQUECA DE PEIXE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 tranci di pesce bianco (come nasello, branzino, orata o merluzzo) o 1 kg di code di gambero - 1 cipolla grande - 1 peperone rosso - 1 peperone verde - 3 cucchiai di foglie di coriandolo tritato - 1 cucchiaio di succo di lime - 4 cucchiai di olio di palma (dendê) - 2 cucchiai di olio extravergine d'oliva - 120 ml di latte di cocco - sale - pepe

● **1** Lavate i tranci di pesce, asciugateli con la carta assorbente, sistemateli in una teglia e irrorateli con il succo di lime. Salate, pepate e lasciate riposare la preparazione in frigorifero per mezz'ora.
● **2** Nel frattempo fate soffriggere la cipolla tagliata ad anelli in un tegame (preferibilmente di coccio) con l'olio di palma miscelato con quello d'oliva. Quando la cipolla inizia ad appassire aggiungete i peperoni mondati e tagliati a rondelle. Quindi unite il latte di cocco, aggiustate di sale e pepe, mescolate bene e cuocete per altri 5 minuti.
● **3** Unite nel tegame i filetti di pesce, cuoceteli per 10 minuti. Spolverizzate di coriandolo e servite.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti** ● **Cottura 20 minuti**

> segue da pag. 111

I pesci venivano un tempo stufati nell'olio d'oliva leggermente tinto di rosso con i semi di urucum (*Bixa orellana*), la spezia tintoria ampiamente usata dagli indios nella loro cucina, ma anche in alcuni rituali come colorante cosmetico per dipingere il viso in occasione di cerimonie iniziatiche. A questi semplici ingredienti venivano aggiunti solo aglio, cipolla, pomodori e peperoncino verde malagueta, altro prodotto nativo che all'epoca in Europa non si conosceva. In seguito con la tratta degli schiavi introdotti a Bahia la moqueca capixaba subì una trasformazione e venne declinata in una versione più vivace, quella afro-brasiliana appunto. In questa nuova ricetta il latte di cocco conferisce un sapore esotico a quello che ancora oggi è uno dei piatti simbolo della costa settentrionale del Brasile. La pregiata miscela di urucum e olio di oliva viene sostituita dall'olio di palma, dal caldo color rosso aranciato. Questo ingrediente si estrae dal frutto di una particolare varietà di palma da olio africana, l'*Elaeis guineensis*, utilizzata fin dai tempi più remoti per stufare piatti di carni, pesci e verdure. In questo modo la moqueca, cucinata nelle tradizionali pentole di terra cotta nere, diventa più allegra e invitante anche da un punto di vista cromatico. Il rosso dei pomodori, il bianco del latte di cocco, il verde dei peperoncini si stringono in un morbido abbraccio che avvolge il pesce, o le code di gambero, per chi le preferisce. Servito con riso bianco lesso o con la "polenta" di riso acaça avvolta in foglia di banano, il piatto unico simbolo della cucina afro-brasiliana arriva così a pieno compimento.

ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.p.A.

Sede Legale in Milano - Via Bianca di Savoia, 12 - Capitale Sociale Euro 67.979.168,40 - Codice fiscale e Registro delle Imprese di Milano n° 07012130584

Pubblicazione in adempimento e secondo le modalità della legge 5 agosto 1981 n. 416 così come modificata dalla legge 23 dicembre 1996, n. 650

Stato Patrimoniale al 31 dicembre 2015

ATTIVO	(Valori in Euro)
Attività immateriali	87.015.290
Investimenti immobiliari	3.027.544
Terreni e fabbricati	5.639.777
Impianti e macchinari	1.791.512
Altre immobilizzazioni materiali	770.473
Immobili, impianti e macchinari	**8.201.762**
Partecipazioni	210.897.642
Attività finanziarie non correnti	200.000.000
Attività per imposte anticipate	24.650.617
Altre attività non correnti	345.051
TOTALE ATTIVITÀ NON CORRENTI	**534.137.906**
Crediti tributari	33.396.628
Altre attività correnti	4.574.205
Rimanenze	10.039.826
Crediti commerciali	28.977.705
Altre attività finanziarie correnti	116.135.676
Cassa e altre disponibilità liquide equivalenti	27.676.667
TOTALE ATTIVITÀ CORRENTI	**220.800.707**
Attività destinate alla dismissione o cessate	-
TOTALE ATTIVO	**754.938.613**

PASSIVO	(Valori in Euro)
Capitale sociale	67.979.168
Riserva sovrapprezzo azioni	-
Azioni proprie	-
Altre riserve e risultati portati a nuovo	124.620.666
Utile (perdita) dell'esercizio	(31.981.679)
TOTALE PATRIMONIO NETTO	**160.618.155**
Fondi	35.675.055
Indennità di fine rapporto	11.612.365
Passività finanziarie non correnti	220.386.726
Passività per imposte differite	24.021.171
Altre passività non correnti	-
TOTALE PASSIVITÀ NON CORRENTI	**291.695.317**
Debiti per imposte sul reddito	-
Altre passività correnti	42.204.805
Debiti commerciali	80.557.359
Debiti verso banche e altre passività finanziarie	179.862.977
TOTALE PASSIVITÀ CORRENTI	**302.625.141**
Passività destinate alla dismissione o cessate	-
TOTALE PASSIVO	**754.938.613**

Conto Economico	**Esercizio 2015** (Valori in Euro)
Ricavi delle vendite e delle prestazioni	**251.963.324**
Decremento (incremento) delle rimanenze	937.236
Costi per materie prime, sussidiarie, di consumo e merci	31.629.339
Costi per servizi	165.853.354
Costo del personale	73.012.694
Oneri (proventi) diversi	(19.216.626)
MARGINE OPERATIVO LORDO	**(252.673)**
Ammortamenti di immobili, impianti e macchinari	1.639.415
Ammortamenti e svalutazioni delle attività immateriali	1.536.155
RISULTATO OPERATIVO	**(3.428.243)**
Proventi (oneri) finanziari	(1.024.524)
Proventi (oneri) da partecipazioni	(24.715.945)
RISULTATO PRIMA DELLE IMPOSTE	**(29.168.712)**
Imposte sul reddito	961.020
RISULTATO DERIVANTE DALLE ATTIVITÀ IN CONTINUITÀ	**(30.129.732)**
Proventi (oneri) da attività dismesse	(1.851.947)
RISULTATO NETTO	**(31.981.679)**

Prospetto di dettaglio dei ricavi delle attività editoriali al 31 dicembre 2015

RICAVI DELLE VENDITE DI COPIE	151.149.370,00
RICAVI DELLA VENDITA DI SPAZI PUBBLICITARI	64.263.383,00
di cui diretta	181.317,00
di cui tramite concessionaria	64.082.066,00
RICAVI DA EDITORIA ON LINE	5.978.410,00
di cui per abbonamenti	0
di cui per pubblicità	5.978.410,00
RICAVI DA VENDITA DI INFORMAZIONI	3.264.923,00
RICAVI DA ALTRA ATTIVITÀ EDITORIALE	3.813.973,00
Totale voci 1+2+5+8+9	**228.470.059,00**

Bilancio Consolidato del Gruppo Mondadori al 31 dicembre 2015

ATTIVO	(Valori in Euro/migliaia)
Attività immateriali	552.340
Investimenti immobiliari	3.028
Terreni e fabbricati	6.032
Impianti e macchinari	9.028
Altre immobilizzazioni materiali	13.148
Immobili, impianti e macchinari	**28.208**
Partecipazioni contabilizzate con il metodo del patrimonio netto	44.457
Altre partecipazioni	443
TOTALE PARTECIPAZIONI	**44.900**
Attività finanziarie non correnti	293
Attività per imposte anticipate	62.076
Altre attività non correnti	1.466
TOTALE ATTIVITÀ NON CORRENTI	**692.311**
Crediti tributari	39.814
Altre attività correnti	77.650
Rimanenze	108.221
Crediti commerciali	242.121
Altre attività finanziarie correnti	2.700
Cassa e altre disponibilità liquide equivalenti	30.684
TOTALE ATTIVITÀ CORRENTI	**501.190**
Attività dismesse	-
TOTALE ATTIVO	**1.193.501**

PASSIVO	(Valori in Euro/migliaia)
Capitale sociale	67.979
Riserva sovrapprezzo azioni	-
Azioni proprie	-
Altre riserve e risultati portati a nuovo	189.643
Utile (perdita) dell'esercizio	6.365
PATRIMONIO NETTO DI PERTINENZA DEL GRUPPO	**263.987**
Capitale e riserve di pertinenza di terzi azionisti	31.522
TOTALE PATRIMONIO NETTO	**295.509**
Fondi	58.559
Indennità di fine rapporto	44.076
Passività finanziarie non correnti	222.553
Passività per imposte differite	67.969
Altre passività non correnti	-
TOTALE PASSIVITÀ NON CORRENTI	**393.157**
Debiti per imposte sul reddito	5.446
Altre passività correnti	196.237
Debiti commerciali	292.610
Debiti verso banche e altre passività finanziarie	10.542
TOTALE PASSIVITÀ CORRENTI	**504.835**
Passività dismesse	-
TOTALE PASSIVO	**1.193.501**

Conto Economico Consolidato	**Esercizio 2015** (Valori in Euro/migliaia)
Ricavi delle vendite e delle prestazioni	**1.122.831**
Decremento (incremento) delle rimanenze	429
Costi per materie prime, sussidiarie, di consumo e merci	210.420
Costi per servizi	618.261
Costo del personale	227.273
Oneri (proventi) diversi	(5.905)
Proventi (oneri) da partecipazioni contabilizzate con il metodo del patrimonio netto	9.213
MARGINE OPERATIVO LORDO	**81.566**
Ammortamenti e perdite di valore di immobili, impianti e macchinari	6.862
Ammortamenti e perdite di valore delle attività immateriali	16.229
Perdite di valore di partecipazioni contabilizzate con il metodo del patrimonio netto e di altre imprese	4.000
RISULTATO OPERATIVO	**54.475**
Proventi (oneri) finanziari	(16.036)
Proventi (oneri) da altre partecipazioni	(125)
RISULTATO PRIMA DELLE IMPOSTE	**38.314**
Imposte sul reddito	20.476
RISULTATO DERIVANTE DALLE ATTIVITÀ IN CONTINUITÀ	**17.838**
Risultato delle attività dismesse	(8.738)
RISULTATO NETTO	**9.100**
Attribuibile a:	
- Interessenze di terzi azionisti	**2.735**
- Azionisti della controllante	**6.365**
Risultato netto per azione (espresso in unità di Euro)	0,024
Risultato netto diluito per azione (espresso in unità di Euro)	0,024

IL SET PROFESSIONALE PER IL SALAME

Continua l'esclusiva serie di coltelli e accessori con lame in acciaio e rivestimento anticorrosivo in ceramica, maneggevoli e dall'impugnatura ergonomica.
Questa settimana non perdere il set professionale coltello per salame e tagliere in legno.

* Prezzo rivista esclusa.

Dal 19 luglio

COLTELLO PER SALAME
(Lama 14 cm)



Lama lunga e seghettata per affettare con precisione salami stagionati o freschi.

+

TAGLIERE IN LEGNO PER SALAME
(Dimensione 9x28 cm)



Tagliere in legno per tagliare e servire le fette di salame. Con bordo colorato.

LE PROSSIME USCITE

26 LUGLIO
COLTELLO ANGURIA-MELONE
+ SCAVINO DOPPIO

2 AGOSTO
COLTELLO PANE
+ COLTELLO SPALMINO

9 AGOSTO
SCAVINO PER VERDURE
+ TAGLIA VERDURE 3 LAME

16 AGOSTO
COLTELLO FRUTTA
+ CUCCHIAIO GELATO

In edicola ogni settimana con sorrisi e canzoni TV a soli € 9,99*

Acquista subito il set su mondadoriperte.it

GRUPPO MONDADORI

Freschi bianchi nel sole

D'ESTATE, I CALICI SI COLMANO DI NETTARI PREGIATI. FERMI E PROFUMATI, OPPURE MOSSI DA FINI PERLAGE, SI ABBINANO A UNA CUCINA DI STAGIONE ELEGANTE E RICERCATA

foto di Felice Scoccimarro/Alkèmia, ricette di Claudia Compagni, styling di Stefania Aledi, abbinamenti e commenti ai vini di Sandro Sangiorgi



Bicchieri Riedel serie Veritas. Sedie in ferro battuto e alzata porta frutta in vendita da Chantal Delorme. Si ringrazia Anna Castelli per l'ospitalità nella sua casa di Varenna. Indirizzi a pagina 6

I.P.



Colli del Soligo

Fortemente voluta da un gruppo di viticoltori accomunati dalla passione per il territorio, la cantina si è sviluppata dal 1957 nella zona a metà della "strada del vino bianco", tra Conegliano e Valdobbiadene nel trevigiano, incorniciata dalle ripide colline di origine vulcanica. I soci attuali sono circa 630, con 810 ettari vitati. L'85% dell'uva conferita è di varietà Glera, atta a produrre Prosecco Superiore Docg e Prosecco Doc. Il resto è Chardonnay, Pinot Grigio, Merlot, Cabernet, Raboso e Pinot nero. Il frutto del lavoro dell'azienda sono vini, spumanti a base di Prosecco, bianchi e rossi, dall'identità personale ben precisa.

● **www.collisoligo.com, tel. 0438 840092**

IL VINO
Chardonnay Marca Trevigiana Igt
La cantina produce vini dai territori della Marca Trevigiana. Un ideale circuito che parte dalle colline calcaree di Refrontolo e del Montello, raggiunge la pianura del Piave e, passando da Miane e Farra di Soligo, fa ritorno a Solighetto, dove ha sede l'azienda. Lo Chardonnay deriva dalle posizioni più fresche, mantiene integri il profumi di ananas, mela, nocciola e dà all'equilibrio gustativo una dinamica in levare, utile per affrontare la dolcezza della cipolla e la cremosità della ricotta. Versatile, si distingue anche su creme di verdure, paste ai frutti di mare, frittate estive.

Focaccia ai cereali con cipolle, pag. 120

IL VINO
Jos Valdobbiadene Prosecco Superiore Docg
Extra Dry è l'indicazione del Prosecco in cui il sensibile residuo zuccherino amplifica il profumo di frutta bianca del vitigno e allunga la percezione cremosa del perlage. La versione Jos è uno dei punti di forza della gamma Val D'Oca: alla leggiadria aromatica e gustativa si associa una particolare salinità, eredità del suolo di origine marina e arma in più da spendere sull'armonia morbida e saporosa tra zucca, tonno e bottarga. Si segnala per l'adattabilità gastronomica, tanto da trovarlo adatto su insalate estive a base di prodotti di terra, primi con verdure croccanti e delicate, ricette a base di pesci d'acqua dolce.



Linguine con zucca, bottarga e tonno scottato,
pag. 120

Bicchieri Riedel serie Veritas, piatto Serax, bicchieri acqua Ichendorf Milano, ciotolino Linea Sette, porta vaso Essent'ial, tovaglia Society Limonta, tovaglioli C&C Milano, posate e sedie in vendita da Chantal Delorme. Nella pagina accanto: bicchieri Riedel serie Veritas, piatto vassoio Jars, brocca Ceramiche Nicola Fasano, bicchieri acqua Ichendorf Milano, piatti Linea Sette, posate Broste Copenaghen, salino e pepino Alessi, tovagliolo Stamperia Bertozzi. Sedie e cesto in vendita da Chantal Delorme. Indirizzi a pagina 6

Val D'Oca

Ai piedi delle Prealpi Trevigiane, nella fascia collinare fra Asolo e Conegliano, si trova il territorio più vocato alla coltivazione delle uve Glera. Qui l'azienda, costituita nel 1952, rappresenta oggi un'importante realtà enologica, locale e nazionale. Con 576 soci viticoltori e 714 ettari di vigne, è una delle più importanti cantine produttrici di Prosecco Superiore Docg. All'esperienza e alla tradizione, Val D'Oca unisce l'impulso all'innovazione e alla sostenibilità: al consumatore è garantito che in tutte le fasi di produzione, dall'uva alla bottiglia, i passaggi tecnici sono stati seguiti con cura, competenza e passione.

● **shop.valdoca.com, tel. 0423 982070**



Colterenzio

Nasce nel 1960 dall'unione di 28 piccoli vignaioli, giunti oggi a 300, con vigneti situati nelle migliori zone vitivinicole dell'Oltradige e della Bassa Atesina, in Alto Adige. La cantina rappresenta l'anello di congiunzione tra passato e presente, tra l'esperienza delle tradizioni di una volta e le tecniche più all'avanguardia, dalla viticoltura integrata alla sostenibilità ambientale, con l'utilizzo privilegiato di energie pulite. Ciascuno dei produttori coltiva il proprio vigneto con passione e professionalità, al fine di produrre uve sane e di qualità superiore, elemento imprescindibile per la produzione di vini Colterenzio.

● **www.colterenzio.it, tel. 0471 664246**

Magatello in salsa di formaggio di capra alle erbe,
pag. 120

IL VINO
Sauvignon Blanc Lafóa 2014
Ottenuto da un vigneto situato in una delle aree più asciutte dell'Alto Adige, esprime la lussureggiante complessità aromatica del vitigno selvaggio e la sapidità derivante dal suolo ghiaioso di origine morenica, fusi in una fervida ampiezza gustativa. È documentata la vocazione del Sauvignon per il formaggio di capra, di cui condivide la vegetale freschezza, ancor più se c'è una carne bianca servita fredda. Il vino ha la personalità per affrontare complesse ricette a base di crostacei, anche speziate, e piatti vegetariani dove spicchi la carnosità tenace dei peperoni.



IL VINO
Offida Pecorino Danù Docg
Offida è uno dei luoghi più vocati alla coltivazione del Pecorino. La versione Danù nasce dal progetto Costadoro che prevede, nella viticoltura come nella vinificazione, un approccio biologico, rispettoso e adatto anche ai consumatori più attenti. Il vino esibisce generosità alcolica e corposità. Non è bianco dai profumi immediati e semplici, cresce con gradualità e merita la fibra e la sostanza della pescatrice, specie in una ricetta in cui il pesce cede interamente la sua grassezza. Sposa, naturalmente, anche la cucina "green", ma si difende accostato a carne bianca, minestre di cereali con fondo di maiale e paste al forno con ripieno vegetale.

Pescatrice in porchetta,
pag. 120

Bicchieri Riedel serie Veritas, piatti Jars, brocca Ceramiche Nicola Fasano, posate Mepra, bicchiere acqua, salino e pepino Alessi, tovaglia Society Limonta, tovagliolo La Fabbrica del Lino. Sedie in vendita da Chantal Delorme. Nella pagina accanto: bicchieri Riedel serie Veritas, piatto Serax, brocca Ceramiche Nicola Fasano, ciotolino Linea Sette, posate Mepra, salino e pepino Alessi, porta vaso Essent'ial, americana Society Limonta.
Sedie e cesto in vendita da Chantal Delorme. Indirizzi a pagina 6

Costadoro

L'azienda nasce nei primi del Novecento dall'unione di antiche e nobili famiglie del Piceno. Gli attuali terreni si estendono lungo le dorsali e le valli dell'entroterra, fino a raggiungere le coste dell'Adriatico. Da questi vigneti, riparati dalle colline dei comuni di Offida e Ripatransone, nascono i vini Doc e Docg della linea classica e della nuova gamma interamente biologica e vegana. La filosofia votata alla sostenibilità e all'attenzione verso prodotti naturali, e il percorso di valorizzazione e certificazione dei prodotti, vanno incontro alle esigenze di una clientela attenta e informata, rappresentativa di una nuova cultura enologica.

● **www.vinicostadoro.it, tel. 0735 81781**



FOCACCIA AI CEREALI CON CIPOLLE

PER 8 PERSONE
500 g di farina ai cereali - 700 g di cipolle rosse di Tropea - 300 g di ricotta - 2 rametti di basilico greco - 4 rametti di timo - 25 g di lievito di birra fresco - 1 cucchiaino di zucchero - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sbucciate le cipolle e tagliatele a fettine. Fatele appassire in una padella con 4 cucchiai d'olio e una presa di sale, a fuoco basso, per 10 minuti finché sono morbide e l'acqua è evaporata.
● **2** Disponete la farina in una terrina, sbriciolate al centro il lievito, unite lo zucchero, 4 cucchiai d'olio e 2 dl di acqua tiepida e impastate. Aggiungete 1 cucchiaino di sale, il timo tritato e le cipolle raffreddate e lavorate per 5-6 minuti per ottenere una pasta liscia. Coprite e fate lievitare per 1 ora.
● **3** Rivestite di carta da forno una teglia unta con 3 cucchiai d'olio, stendetevi la pasta con le mani a 1 cm di spessore, condite con un mix di 3 cucchiai d'olio e 2 di acqua, coprite e fate lievitare altri 30 minuti. Infornate a 230° per 20 minuti, abbassate a 180° e proseguite per altri 20 minuti. Servite la focaccia tiepida, a pezzi, con la ricotta, pepe e basilico.

MEDIA ● Preparazione 20 minuti + il riposo ● Cottura 1 ora



LINGUINE CON ZUCCA, BOTTARGA E TONNO SCOTTATO

PER 4 PERSONE
300 g di linguine - 300 g di polpa di zucca estiva - 150 g di filetto di tonno - 40 g di bottarga di muggine - 3 rametti di prezzemolo - 2 spicchi d'aglio - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Tagliate la zucca prima a fettine e poi a dadini, sbucciate gli spicchi d'aglio e fateli soffriggere in una larga padella con 5 cucchiai d'olio. Unite la zucca e una presa di sale e cuocete su fiamma vivace per 6-7 minuti, mescolando spesso, fino a quando è cotta e dorata. Eliminate l'aglio.
● **2** Private la bottarga della pellicina e grattugiatene 30 g, raccogliendoli in una capace terrina. Unite 4 cucchiai di olio, il prezzemolo tritato grossolanamente, una macinata di pepe e mescolate.
● **3** Portate a bollore abbondante acqua salata e cuocetevi le linguine. Intanto, scottate la fetta di tonno in una padella antiaderente 1/2 minuto per lato, salatela e tagliatela a fettine. Diluite la salsa alla bottarga con un mestolino di acqua di cottura della pasta. Scolate le linguine, conditele con la salsa di bottarga, unite la zucca e mescolate. Servite completando con il tonno e la bottarga rimasta grattugiata.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 15 minuti



MAGATELLO IN SALSA DI FORMAGGIO DI CAPRA ALLE ERBE

PER 4 PERSONE
600 g di magatello di vitello - 100 g di formaggio di capra fresco - 100 g di fagiolini viola - 1 cipolla - 1 mazzetto di basilico - 2 rametti di maggiorana - 3 rametti di prezzemolo - 2 rametti di rosmarino - 4 foglie di salvia - 2 dl di vino bianco - 30 g di germogli misti - olio extravergine d'oliva - sale - 1 cucchiaino di pepe in grani

● **1** Sbucciate la cipolla e mettetela in una casseruola con il pepe, la salvia, il rosmarino, il vino e 1,5 litri d'acqua e portate a bollore. Aggiungete una presa di sale grosso e il magatello e cuocetelo coperto per circa 90 minuti. Lasciatelo intiepidire nel brodo, scolatelo e avvolgetelo in pellicola. Filtrate il brodo e tenetene da parte 1 dl abbondante.
● **2** Radunate in una ciotola le erbe, una presa di sale, 2 cucchiai d'olio e il formaggio di capra e frullate con il mixer a immersione fino a ottenere una crema liscia. Versate a filo il brodo freddo tenuto da parte fino a ottenere una salsa morbida e vellutata.
● **3** Mondate e lavate i fagiolini, tagliateli a fettine in sbieco e cuoceteli per 5 minuti in acqua salata bollente. Tagliate il magatello a fette sottili, disponetele nei piatti su uno strato di salsa alle erbe e completate con i fagiolini e i germogli. Servite la salsa rimasta a parte.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 1 ora 40 minuti



PESCATRICE IN PORCHETTA

PER 4 PERSONE
800 g di coda di pescatrice - 300 g di pomodorini ciliegia - 400 g di fagioli borlotti lessati - 20 g di finocchietto selvatico - 4 spicchi d'aglio - 2 dl di vino bianco - 1 piccolo peperoncino piccante - 2 rametti di rosmarino - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Eliminate la pellicina che riveste la pescatrice, insaporite la polpa con una sale e pepe e trasferitela in una teglia a brodi alti. Unite il vino, i pomodorini lavati e incisi con un taglietto, gli spicchi d'aglio sbucciati, il peperoncino a fettine e i rametti di rosmarino legati al finocchietto con spago da cucina. Versate 5 cucchiai d'olio e infornate a 180° per circa 30 minuti.
● **2** Scolate il pesce dal fondo di cottura e tenetelo in caldo. Versate i fagioli nella teglia e fateli insaporire a fuoco medio per 5 minuti. Eliminate l'aglio. Private la pescatrice della parte cartilaginea, tagliatela a tronchetti e serviteli con il fondo di cottura, i fagioli e i pomodorini.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 35 minuti



NEL NUMERO DI SETTEMBRE

CONSERVE DOLCI E SALATE
Un chutney di anguria, un barattolo di melanzane agrodolci, una confettura di pesche con zenzero e pistacchi, un vaso di fichi al rum: esistono tanti modi per catturare i profumi dell'estate.



SEPPIE E SEPPIOLINE
Bianche, morbide e saporite, si gustano al forno, ripiene, stufate, al curry, in un'insalata o sui crostoni di pane. Irresistibili!



FRUTTI DI BOSCO
L'anima acidula di mirtilli, lamponi, uva spina, ribes e mirtilli contrasta deliziosamente con la dolcezza di paste lievitate, creme e mousse.

in edicola dal 20 agosto

SALE&PEPE
n. 8 AGOSTO 2016

DIRETTORE RESPONSABILE
Laura Maragliano laura.maragliano@mondadori.it

REDAZIONE
Livia Fagetti fagetti@mondadori.it (caporedattore)
Barbara Galli barbara.galli@mondadori.it (caporedattore)
Enza Dalessandri enza.dalessandri@mondadori.it (caporedattore)
Cristiana Cassé cristiana.casse@mondadori.it (caposervizio)
Alessandro Gnocchi gnocchi@mondadori.it (caposervizio)
Barbara Roncarolo barbara.roncarolo@mondadori.it (caposervizio web)
Monica Pilotto pilotto@mondadori.it (vicecaposervizio)
Silvia Bombelli silvia.bombelli@mondadori.it
Mauro Cominelli mauro.cominelli@mondadori.it
Daniela Falsitta falsitta@mondadori.it
Silvia Tatozzi silvia.tatozzi@mondadori.it

REDAZIONE GRAFICA
Silvano Vavassori vavassor@mondadori.it (caporedattore)
Daniela Arsuffi arsuffi@mondadori.it (caposervizio)
Ornella Claudia Indovina ornella.indovina@mondadori.it
Susanna Meregalli susanna.meregalli@mondadori.it
Diego Stadiotti diego.stadiotti@mondadori.it
Silvia Viganò silvia.vigano@mondadori.it
Patrizia Zanette zanette@mondadori.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE
Cinzia Campi cinzia.campi@mondadori.it (responsabile)
Paolo Riosa riosa@mondadori.it (ricerca fotografica)

PROGETTO GRAFICO
Roberto Porta

HANNO COLLABORATO
Stefania Aledi, Alessandra Avallone, Amelia Bertottilli, Ottavia Borella, Patrizia Cantoni, Vittorio Castellani, Marina Cella, Laura Cereda, Claudia Compagni, Ernesto Fagiani, Sara Farina, Miriam Ferrari, Franca Maffei, Daniela Malavasi, Paola Mancuso, Anna Montoldi, Chiara Patracchini, Alessandro Pasinelli Studio, Antonella Pavanello, Deborah Piana Agostinetti, Livia Sala, Sandro Sangiorgi, Mariarosa Schiaffino, Studio Salaris, Francesca Tagliabue, Paola Volpari

Foto: Marco Azzoni, Cristina Galliena Bohman, Adriano Brusaferri, Luca Colombo/ Studio XL, Emanuela De Santis, Maurizio Lodi, Francesca Moscheni, Felice Scoccimarro/Alkèmia, Laura Spinelli, Michele Tabozzi

SALE&PEPE SERVIZIO CLIENTI
È possibile avere informazioni o sottoscrivere un abbonamento tramite: www.abbonamenti.it/mondadori; e-mail: abbonamenti@mondadori.it; telefono: dall'Italia 199.111.999 (per telefoni fissi: euro 0,12 + IVA al minuto senza scatto alla risposta. Per cellulari costi in funzione dell'operatore); dall'estero tel.: +39 041.509.90.49. Il servizio abbonati è in funzione dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00; fax: 030.77.72.387; posta: scrivere all'indirizzo: Press Di Servizio Abbonamenti – C/O CMP Brescia – 25126 Brescia. L'abbonamento può avere inizio in qualsiasi periodo dell'anno. L'eventuale cambio di indirizzo è gratuito: informare il Servizio Abbonati almeno 20 giorni prima del trasferimento, allegando l'etichetta con la quale arriva la rivista.
Servizio collezionisti: Avete perso un numero di Sale&Pepe? tel. 199.162.171; fax 02-95970333 e-mail: collez@mondadori.it. Distribuzione a cura di Press Di srl.

ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.P.A.
REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: 20090 Segrate (Milano) - Tel. 02/75421. Casella postale n. 1833, 20101 Milano. Telegrammi e Telex: 320457 MONDMI I. CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ: Mediamond S.p.A. SEDE CENTRALE: 20090 Segrate (Mi) - Tel. 027542.1 - Fax 02/75422302.

Pubblicazione registrata presso il Tribunale di Milano n. 464 del 8/9/1986. Stampa ELCOGRAF S.p.A., via Mondadori, 15, Verona. Distribuzione a cura Press-Di srl. Servizio arretrati/collezionisti a cura di Press Di Distribuzione Stampa e Multimedia srl "Collezionisti" (Tel. 199162171; Fax 0295103250; email: collez@mondadori.it), conto corrente postale n° 77270387. Garanzia di riservatezza agli abbonati: L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi dell'art. 7 del D. leg. 196/2003 scrivendo a: Press-Di srl
Ufficio Abbonamenti: Casella postale n. 77003101 email: abbonamenti@mondadori.it

MONDADORI

Accertamento Diffusione Stampa - Certificato n. 7991 del 9 febbraio 2015

Questo periodico è iscritto alla FIEG Federazione Italiana Editori Giornali

Rio Melaceto
più naturale, più efficace!





IL TUTTOFARE IN CASA
ECCEZIONALE IN CUCINA

- SGRASSA A FONDO
- NEUTRALIZZA I CATTIVI ODORI
- EFFETTO DEODORANTE
- AZIONE BRILLA ACCIAIO
- PERFETTO PER FRIGO ED ELETTRODOMESTICI
- IDEALE PER FORNI CAPPE E FORNELLI
- EFFICACE SU TUTTE LE SUPERFICI

RIO
I DETERGENTI
ITALIANI
DI QUALITÁ

KEMECO
ITALIAN QUALITY CLEAN AND HEALTHY
MADE IN ITALY

kemeco.it

barberaepartners.com



New Mitsubishi Space Star, tutto il comfort di 5 porte e 5 posti in soli 3,79 m di lunghezza, ottime performance di consumo, motore 1.0 a tre cilindri e uno spiccato spirito green.

Consumi ciclo medio combinato da 4,0 a 5,1 l/100 km. Emissioni CO_2 da 92 a 100 g/km.

Santander CONSUMER BANK | Castrol | seguici su f | info 800-369463 | mitsubishi-auto.it

MITSUBISHI MOTORS

*Annuncio pubblicitario con finalità promozionale.** Prezzo promo €9.490. Esempio rappresentativo di finanziamento: Space Star Invite 1.0 Prezzo €9.490, anticipo €3.350; importo totale del credito €6.659,20, da restituire in 84 rate mensili ognuna di €99, importo totale dovuto dal consumatore €8.607,52. TAN 4,98% (tasso fisso) – **TAEG 7,88%** (tasso fisso). Spese comprese nel costo totale del credito: interessi €1.306,80, istruttoria €350, incasso rata €3 cad. a mezzo SDD, produzione e invio lettera conferma contratto €1; comunicazione periodica annuale €1 cad. ; imposta sostitutiva: €17,52. Eventuali contratti relativi a uno o più servizi accessori (es. polizza assicurativa) sono facoltativi. Offerta valida dal 01/06/2016 al 31/07/2016. Condizioni contrattuali ed economiche nelle "Informazioni europee di base sul credito ai consumatori" presso i concessionari. Salvo approvazione di Santander Consumer Bank. Creditor Protection Insurance (Polizza Credit Life per dipendenti del settore privato - contratto di assicurazione vita inabilità totale permanente, perdita d'impiego; in alternativa, Polizza Credit Life per qualsiasi tipologia di lavoratore - contratto di assicurazione vita, inabilità totale temporanea e permanente) - durata della copertura pari a quella del finanziamento, premio €519,20 compagnie assicurative: Cnp Santander Insurance Life Dac e Cnp Santander Insurance Europe Dac (facoltativa e perciò non inclusa nel Taeg). Prima della sottoscrizione leggere il fascicolo informativo, disponibile sul sito internet www.santanderconsumer.it e consultabile presso le filiali Santander Consumer Bank e i concessionari. **Copertura 24 mesi chilometraggio illimitato, oltre i 24 mesi fino a 60 mesi con limite chilometrico di 100.000 km. Copertura 36 mesi o 100.000 km su batteria 12V.